



HUMANISTINEN
AMMATTIKORKEAKOULU

OPINNÄYTETYÖ

**Rossi ja Viima tunnetaitoja opettelemassa-
menetelmäopas alle kouluikäisten lasten tunnetaitojen
harjoittamiseksi**

Veera Antinaho & Iida Litmanen

Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelma (210 op)
Arvioitavaksi jättämisaika 5 / 2018

HUMANISTINEN AMMATTIKORKEAKOULU

Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelma

TIIVISTELMÄ

Työn tekijät Veera Antinaho & Iida Litmanen		Sivumäärä 40 ja 60 liitesivua
Työn nimi Rossi ja Viima tunnetaitoja opettelemassa- menetelmäopas alle kouluikäisten lasten tunnetaitojen harjoittamiseksi		
Ohjaava opettaja Tuija Mehtonen		
Työn tilaaja ja työelämäohjaaja Savon vammaisasuntosäätiön hallinnoima Lastu-projekti, Maarit Mykkänen		
Tiivistelmä <p>Opinnäytetyön tavoitteena on kehittää ja vahvistaa alle kouluikäisten lasten tunnetaitoja arjessa. Tähän tavoitteeseen päästäksemme kehitimme Rossi ja Viima tunnetaitoja opettelemassa- menetelmäoppaan. Opas on koottu toimiviksi todetuista menetelmistä, joiden avulla lasten tunnetaitoharjoittelu onnistuu yksilöllisesti. Menetelmäoppaassa tavoitteena on tunteiden nimeämisen ja tunnistamisen opettelu sekä itsessä että muissa, sekä tunteiden säätelyyn ja hallintaan liittyvien taitojen harjoittelu. Opas on tarkoitettu sekä perheiden että ammattilaisten hyödynnettäväksi lasten kanssa. Opinnäytetyön tilaajana toimii Savon vammaisasuntosäätiön hallinnoima Lastu-projekti, jonka toiminnallisiin tarpeisiin tuotimme tämän menetelmäoppaan.</p> <p>Lähestymistapana opinnäytetyössä käytettiin laadullisen tutkimuksen menetelmistä kyselyä ja havainnointia. Palautekyselyiden tavoitteena oli saada palautetta perheiltä menetelmien sekä oppaan toimivuudesta. Palautekyselyihin saatiin 30 vastausta. Havainnoinnin kautta saatiin muodostettua näkemys siitä, toimivatko menetelmät ja opas kohderyhmän kanssa.</p> <p>Yhteisöpedagogi voi omalla käyttäytymisellään ja ohjaamisellaan tukea ja vahvistaa lasten tunnetaitojen opettamista kasvun ja kehityksen eri vaiheissa. Hän voi hyödyntää opinnäytetyönä kehittämäämme menetelmäopasta alle kouluikäisten lasten kohtaamisessa ja vuorovaikutuksen tukena. Oppaan avulla hän saa tietoa myös uusista menetelmistä ja toimintatavoista tunnetaitojen harjoittamiseksi sekä osallisuuden lisäämiseksi.</p> <p>Opinnäytetyön tavoitteet toteutuivat sekä käytännössä että teoriassa. Menetelmäoppaasta tuli laaja ja kattava kokonaisuus, joka täytti tavoitteet hyvin. Menetelmäopas on herättänyt kiinnostusta eri tahoilta ja se on koettu tarpeelliseksi. Ammatillisuus ja oman aiheen asiantuntijuus kasvoivat opinnäytetyöprosessin myötä.</p>		
Asiasanat lapset, tunteet, tunnetaidot, tunne-elämän kehitys, vuorovaikutus		

HUMAK UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES
Civic Activities and Youth Work Degree Programme
ABSTRACT

Authors Veera Antinaho & Iida Litmanen	Number of Pages 40 and 60
Title Rossi and Viima- learning emotional skills- The guide of methods to under school age children	
Supervisor Tuija Mehtonen	
Subscriber and Mentor Lastu- project organized by Savon vammaisasuntosäätiö, Maarit Mykkänen	
<p>Abstract</p> <p>The aim of this thesis is to improve the practise of emotional skills for children under school age. We developed a method guide for parents and professionals which enables them to practise these skills with children. The guide has compiled from methods that have been tested in practise. The goal of this method guide is help children to identify emotions and to practise emotional regulation. Subscriber of this thesis is Lastu-project who is managed by Savon vammaisasuntosäätiö.</p> <p>Community educators can with their own behaviour and guidance, support and strengthen the teaching of children's emotional knowledge at different stages of growth and development. Community educators can use this method guide when meeting children under school age the support interaction with them. With this guide (s) he also learn new methods and ways of doing things and promotion inclusion.</p> <p>Qualitative research methods, surveys, and observation were used to assess this guide in practise. Feedback was received from 30 respondents. With this feedback content of method manual was tailored to suit better for users.</p> <p>The aims of thesis came true in practical terms and in theory. The guide of methods became wide and extensive in its entirety, which fulfilled its purposes well. The guide of methods has aroused interest from different quarters and it has been as a necessity. The professionalism and expertise of the Subject grew with the thesis process.</p>	
Keywords children, emotions, emotional skills, emotional development, interaction	

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	3
2 SAVAS, LASTU-PROJEKTI JA OPINNÄYTETYÖN TAVOITE	4
3 ALLE KOULUIKÄISEN LAPSEN TUNNETAIDOT	5
3.1 Tunteet ja tunnetaidot	5
3.2 Vuorovaikutuksen merkitys tunnetaitoihin	7
3.3 Lapsen tunne-elämän kehitys ennen kouluikää	9
3.4 Lapsi- ja perhelähtöisyys sekä osallisuus tunnetaitojen tukena	13
4 MENETELMÄOPPAAN KEHITTÄMINEN JA TOTEUTTAMINEN	
TUNNETAITOJEN HARJOITTAMISEKSI	15
4.1 Suunnittelu ja kehittäminen	15
4.1.1 Kohderyhmien osallistaminen	18
4.1.2 Käytetyt menetelmät	18
4.2 Testaaminen käytännössä	21
4.3 Arviointi ja palaute	25
5 POHDINTA	32
5.1 Pohdintaa opinnäytetyöprosessista	32
5.2 Kehittämistyön luotettavuus ja eettisyys	34
5.3 Jatkokehittämisen- ja toimintaehdotukset	36
LÄHTEET	37
LIITTEET	41

1 JOHDANTO

”Rossi hymyä Viimalle näyttää, hän on oppinut miten sitä käyttää.

Viima hymystä ilahtuu, kohta nauraa kumpikin suu.

Yhdessä kaverukset päättävät jatkaa, hyvin alkanutta iloista matkaa.”

Tunteet ohjaavat tekemistämme ja ne ovat mukana jokapäiväisessä elämässämme. Tunteiden nimeämistä ja tunnistamista sekä niiden säätelyn hallintaa harjoitellaan jo varhaislapsuudessa leikin ja harjoitusten kautta. Tunnetaidot ohjaavat tekemisiämme ja päätöksiämme ja ne liittyvät olennaisesti vuorovaikutukseen muiden ihmisten kanssa. Lapsi oppii tunnetaitoja havainnoinnin, sanoittamisen ja mallioppimisen kautta. Tunnetaitojen opettelussa on oleellista, että myös vanhempi tunnistaa ja hyväksyy omat tunteensa sekä osaa käsitellä niitä. Kaikkien tunteiden näyttäminen on sallittua. (Ympyräiset 2017.)

Varhaiskasvatuslain (Laki lasten päivähoidosta annetun lain muuttamisesta 580/2015) tavoitteena on lapsen vuorovaikutustaitojen kehittäminen ja edistäminen ryhmässä sekä toisten ihmisten kunnioittamisen opetteleminen. Tunnetaidot liittyvät oleellisesti tähän näkökulmaan ja menetelmäopas soveltuu tähän tavoitteeseen. Alle kouluikäisille lapsille on valmistettu vähän materiaalia tunnetaitojen harjoittamiseksi kotona, eikä aikuisille ole selkeää ja helposti saavutettavaa tunnetaitomateriaalia lasten tunnetaitojen tukemiseksi ja vahvistamiseksi arjessa.

Tämän opinnäytetyön tilaajana toimii Savon vammaisasuntosäätiön hallinnoima Lastu-projekti. Opinnäytetyön tarkoituksena on kehittää ja vahvistaa alle kouluikäisten lasten tunnetaitoja arjessa ja tavoitteen saavuttamiseksi kehitämme Rossi ja Viima tunnetaitoja opettelemassa -menetelmäoppaan. Oppaan sisältöön kerätään kehittäviä, luovia ja toiminnallisia menetelmiä, joita vanhemmat ja ammattilaiset voivat hyödyntää lasten tunnetaitojen harjoittamiseksi. Oppaan kehittämisessä käytämme erilaisia menetelmiä, kuten havainnointia ja kyselyä teorian tiedon lisäksi. Menetelmäoppaan arvioimiseksi ohjaamme erilaisia tunnetaitotuokioita alle kouluikäisille lapsille.

2 SAVAS, LASTU-PROJEKTI JA OPINNÄYTETYÖN TAVOITE

Opinnäytetyömme tilaajana toimii Savon Vammaisasuntosäätiö eli Savas. Säätiö toimii Savon alueella ja se on perustettu 1989. Savaksen tehtävänä on edistää ja tukea asumis- ja päivätoimintaolojen kehittymistä. (Savon Vammaisasuntosäätiö 2018.) Opinnäytetyömme liittyy Savaksen hallinnoimaan Lastu-projektiin (2016–2018), joka on kohdennettu vammaisten lasten perheille. Lastu-projekti sijoittuu Savaksen kehittämistoiminnan sisään. Projektissa tarjotaan mukavaa yhdessäoloa ja vertaistukea muiden perheiden kanssa (Savon Vammaisasuntosäätiö 2018). Projektin tehtävänä on vakiinnuttaa, toteuttaa ja kehittää tukimuotoja vammaisten ja erityistä tukea tarvitsevien lapsille ja heidän perheilleen osana Perheentalon toimintaa. (Perheentalo 2018.)

Kuopion Perheentalo on kaikkien perheiden kohtaamispaikka ja toiminta koostuu yhteistyöverkostoista. Perheentalo tukee lapsiperheiden arkea ja lisää osallisuuden mahdollisuuksia lapsille ja perheille. Kuopion Perheentalon toimintaa toteuttaa ja koordinoi kolme eri hanketta: Laine - ja Valpas-hanke sekä Lastu-projekti. Laine-hanketta hallinnoi Pelastakaa lapset ry. Hankkeen tavoitteena on lapsiperheiden arjen tukeminen Kuopion alueella. Valpas-hanke on Vammaisten lasten ja nuorten tukisäätiön hallinnoima ja sen päätavoitteena on laajentaa Perheentalo-konsepti palvelemaan kaikkia alueen perheitä. Hankkeet kehittävät yhteistyössä Perheentalon toimintaa ja järjestävät vertaisryhmiä, avointa toimintaa, infotilaisuuksia, koulutuksia ja tiedonvälitystä. (Perheentalo 2018).

Opinnäytetyön tavoitteena on kehittää ja vahvistaa alle kouluikäisten lasten tunnetaitoja arjessa. Tavoitteen saavuttamiseksi kehitämme Rossi ja Viima tunnetaitoja opettelemassa- menetelmäoppaan. Oppaan on tarkoitus sisältää luovia, kehittäviä ja toiminnallisia menetelmiä, joiden avulla lapsi voi harjoitella tunnetaitoja yksilöllisellä tasolla. Oppaan tavoitteena on, että perheet ja ammattilaiset pystyvät tukemaan ja vahvistamaan lasten tunnetaitoja arjessa selkeiden ja helposti toteutettavien menetelmien avulla.

3 ALLE KOULUIKÄISEN LAPSEN TUNNETAIDOT

Tietoperustamme keskeisiä käsitteitä ovat tunteet, tunnetaidot, vuorovaikutuksen merkitys tunnetaidoissa sekä lapsen tunne-elämän kehitys ennen kouluikää. Hyvät vuorovaikutustaidot ovat edellytys tunnetaitojen kehittymiselle ja oppimiselle. Kasvun ja kehityksen näkökulmasta huomioimme myös erityistä tukea tarvitsevat lapset, koska tunnetaitojen harjoittelun mahdollisuus kuuluu kaikille. Tunnetaitojen harjoittelussa on tärkeää huomioida lapsi yksilönä ja kunnioittaa yhdenvertaisuutta.

3.1 Tunteet ja tunnetaidot

Tunteita on monia ja ne toimivat yhdessä ihmiskehon kanssa. Tunteet tuntuvat, aiheuttavat muutoksia kehossamme ja näkyvät ulospäin erilaisina ilmeinä ja eleinä. Jokaisella tunteella on oma tehtävänsä ja ne tuntuvat kehossamme ja mielessämme eri tavoin. Perustunteiksi kutsutaan mielihyvää, iloa, surua, pelkoa, hämmennystä, inhoa ja vihaa. Tunteet ovat läsnä jokapäiväisessä elämässämme. Tunteet voivat toimia sekä tiedostaen että tiedostamatta. Tiedostamatonta tunnetoimintaa kutsutaan tunnereaktioksi. Sen voi aiheuttaa jokin ulkoinen tapahtuma, johon keho reagoi tunnereaktiona. Manteliumake, joka sijaitsee ihmisen aivoissa, on olennainen tekijä ihmisen tunne-elämässä. Siellä sijaitsee tunnemuisti, joka muistaa ihmisen kokemia tunteita ja saa ihmisen reagoimaan tilanteisiin. Ihminen saattaa muistaa useamman vuoden takaisen tunnereaktion, jos hän päätyy samanlaiseen tilanteeseen uudestaan. Tällöin hän voi ja osaa suhtautua tilanteeseen tunnemuistin takia toisella tavalla. (Kauppala 2017, 13–15.)

Tunteisiin vaikuttavat yksilölliset taipumukset, opitut tulkintatavat sekä kulttuurinormit. Yksilölliset erot näkyvät sisäisten tunnereaktioiden voimakkuudessa sekä kielteisten että myönteisten tunteiden ilmaisemisessa. Ihmiset ilmaisevat ja näyttävät tunteitaan eri tavoin ja yksilölliset tunneilmaisutyyliä ovat varsin pysyviä. Monet tunnereaktiot ovat opittuja; esimerkiksi lapsi ottaa mallia tunteiden ilmaisemisesta, nimeämisestä ja hallinnasta vuorovaikutuksessa aikuisen kanssa. (Ojanen, Anttila, Lähdesmäki, Oksala & Paavilainen 2004, 54.) Tunteet vaihtelevat saman päivän aikana. Joskus tun-

teita voi tuntea useita samassa hetkessä, esimerkiksi ihminen voi olla iloinen nähdessään ystäviään, mutta samalla tuntea surullisuutta heikosti menneen kokeen takia. (Peltonen 2005, 12.)

Useimmiten sosiaaliset tilanteet voivat herättää ihmisissä jonkinlaisia tunteita ja se edellyttää tunteiden tunnistamista ja tunteiden hallintaa. Esimerkiksi, kun lapsi vie toiselta lapselta lelun, niin tällöin lelunsa menettäneen lapsen reaktiona voi olla lyöminen tai läpsiminen, koska hän ei välttämättä tunnista tunnettaan ja miten sitä tulisi käsitellä. Tunnetaidoilla tarkoitetaan ihmisen kykyä tiedostaa tunteidensa merkitystä ja vaikutusta. (Kauppala 2017, 15.) Tunnetaidot ohjaavat käyttäytymistä, tekoja, päätöksiä, unelmia ja ajatuksia jokapäiväisessä elämässä. Ne ovat osa ihmisen vuorovaikutusta ja sosiaalista käyttäytymistä, joiden harjoittelu aloitetaan varhaislapsuudessa. Tunnetaitojen kehittyminen on jatkuvaa eikä niissä kehity koskaan täysin valmiiksi. Tunteiden säätely ei merkitse tunteettomuuden ihannoimista tai täydellistä tunteiden tukahduttamista, vaan tunteiden kokemista ja ilmaisemista. Tunteiden säätelyn edellytykset ovat paremmat, kun ihminen pystyy kertomaan itselleen, mikä tunne on kyseessä. Oleellista on opetella tunnistamaan ja nimeämään erilaisia tunteita. Tunteiden säätelykykyä on mahdollista kehittää tietoisesti ja harjoitella niin, että pystyy nimeämään tunteita. (Saarinen & Kokkonen 2003, 54- 55.) Tunnetaidoilla on tutkittu olevan yhteys empatiakykyyn eli kykyyn auttaa muita ihmisiä, asettua heidän asemaansa sekä tunnistaa heidän tunteitaan. Esimerkiksi lapsi voi miettiä miksi toiselle lapselle on tullut paha mieli. Tunnetaidot vaikuttavat suhtautumiseen asioihin ja miten ihminen reagoi eri elämäntilanteisiin. Lapsena opitut tunnetaidot ovat merkittäviä taitoja nuoruudessa ja aikuisiällä. Niiden on huomattu vaikuttavan muun muassa toimeen tulemiseen toisten ihmisten kanssa koulussa, työssä ja vapaa-ajalla. (Opetushallitus 2013.)

Tunnetaitojen harjoittelu on tärkeää ja niitä voidaan harjoittaa eri tavoin. Opinnäytetyössämme halusimme kehittää menetelmäoppaan tunnetaitojen harjoittamiseksi myös vanhemmille, jotta perheiden olisi helpompaa harjoitella tunnetaitoja mielekkäästi kotona sekä arkiaskareiden että leikin ohella. Tunnetaitoja harjoiteltaessa on tärkeää, että lapsi tuntee olonsa turvalliseksi ja hyväksytyksi. Käytännöllisiä ja toimivia menetelmiä ovat erilaiset luovat menetelmät kuten musiikki, tanssi, elokuvat ja näytteleminen sekä varsinkin erilaiset sadut ja tarinat. Rentoutuminen auttaa lasta

keskittymään ja rauhoittumaan. Rentoutusharjoituksiin on monenlaisia tapoja, joista esimerkkinä satuhieronta ja musiikin kuuntelu. (Opetushallitus 2013.)

Alle kouluikäisen lapsen kanssa työskennellessä on tärkeää huomioida, että menettelmät eivät ole liian monimutkaisia ja ne toteutetaan selkeästi ja tavoitteellisesti. Visuaalisuus tunnetaitojen harjoittelussa on oleellista. Visualisointia voidaan hyödyntää tunnekorttien, tunnemittareiden ja tarrojen avulla, jolloin lapsen on helpompi havainnoida ja keskittyä aiheeseen. Päiväkodissa tai kotona voidaan pitää tunnepäiväkirjaa, johon lapsen kanssa merkitään erilaisin tarroin ja merkein, miltä lapsesta on tänään tuntunut ja miten päivä on sujunut. Tärkeää on huomioida lapsen yksilöllisyys ja mielenkiinnonkohteet tunnetaitojen harjoittelussa. (Opetushallitus 2013.)

3.2 Vuorovaikutuksen merkitys tunnetaitoihin

Vuorovaikutustaidoilla tarkoitetaan kykyä ja halua toimia, vaihtaa ajatuksia sekä jakaa mielipiteitä toisten ihmisten kanssa (Suomen Mielenterveysseura 2018). Lapsi ottaa ensimmäiset vuorovaikutuskontaktinsa vanhempiinsa ja perheenjäseniinsä heti syntymästään alkaen. Vuorovaikutusta lapsen kanssa kehitetään esimerkiksi katsekontaktilla, kosketuksella sekä juttelulla. Vauva viestii omia tarpeitaan itkemällä, jos hän on väsynyt tai hänellä on nälkä. Palkitsevat kokemukset toisten ihmisten kanssa kehittävät lapsen vuorovaikutustaitoja. Lapsen minäkuva ja itsetunto alkavat kehittyä ja hän alkaa uskoa itseensä. Lapset oppivat mallioppimisen kautta. He seuraavat, mitä sisarukset, vanhemmat ja hoitajat tekevät ja ottavat heidän käytöksestään mallia. Asioiden sanoittaminen on tärkeää, jotta lapsi oppii, mikä käytös on hyvää ja mikä ei toivottua. (Kauppila 2006, 134.)

Vuorovaikutustaitoja voidaan opetella lapsen kanssa kotona, päiväkodissa tai harrastuksissa. Avoin keskustelu päivittäisten toimintojen ohessa opettaa lapselle, mitä käytöstapoihin ja vuorovaikutustaitoihin kuuluu. Vuorovaikutustaitoja voidaan harjoitella leikin kautta. Leikkiessään lapsi opettelee ja oppii jakamaan leluja muiden kanssa, hän oppii hyväksymään muiden ideoita ja rohkaistuu kertomaan omia mielipiteitään. Leikki auttaa lasta käsittelemään asioita ja lisää mielikuvitusta. Lapsi ottaa toisen ikävuoden aikana sosiaalista kontaktia ikätovereihinsa omien läheistensä lisäksi. Neljän-

teen ikävuoteen mennessä lapsi osaa määritellä sanan ystävä; kuka on hänen ystävänsä ja mitä he yhdessä tekevät. (Kauppila 2006, 139.)

Lapselle on tärkeää, että hänen tunteensa hyväksytään ja niihin vastataan. Vanhemmat peilaavat vauvan tunnetiloja ja viestivät lapselle tunteiden hyväksymistä. Lapsi oppii tarkastelemaan omia ajatuksiaan, halujaan ja tunteitaan. Lapsen ja vanhemman välinen turvallinen kiintymyssuhde mahdollistaa sen, että lapsi saa turvallisessa ympäristössä harjoitella vuorovaikutus- ja tunnetaitoja. (Kauppala 2017, 12.)

Vanhemman rooli on kehittää hänen ja lapsen välistä vuorovaikutusta lapsen syntymästä asti. Dell `Antonia (2016) käsittelee aikuisen roolia lasten emotionaalisessa kehityksessä. Joskus aikuisen on vaikea nähdä lapsen negatiivisia tunteita ja hän voi vaistomaisesti kääntää lapsen tunteet positiivisiksi. Välittömän helpotuksen tarjoaminen lapselle siirtää tunteen tuntemista eikä opeta lasta käsittelemään omia tunteitaan. On tutkittu, että lapsista tulee parempia ongelmanratkaisijoita, kun he kohtaavat tunteita herättäviä tilanteita ja ratkaisevat niitä. Aikuinen voi käsitellä lapsen kanssa tunteita neljällä eri tavalla. Nämä neljä tapaa ovat: tunteminen, näyttäminen, sanoittaminen ja tunteiden ohimenevyys. Tunteminen tarkoittaa, että lapsen annetaan tuntea omia tunteitaan eikä niitä kielletä, vaikka ne olisivat negatiivisia. Aikuinen rooli on tukea lasta jokaisen tunteen tuntemisessa ja käsittelyssä. Näyttäminen tarkoittaa, että aikuinen kannustaa ja rohkaisee lasta omalla esimerkillään näyttämään kaikkia tunteitaan. Sanoittamisella tarkoitetaan, että lapsi oppii tunnistamaan ja sanoittamaan sekä omia että muiden tunteita. Tunteiden ohimenevyys tarkoittaa, että aikuinen auttaa lasta ymmärtämään, ettei tunteet ole pysyviä, vaan ohimeneviä. (Dell `Antonia 2016.)

Vauvan tai pienen lapsen sekä tämän huoltajan välisestä suhteen kehittymisestä on kehitetty teorial tietoa, jossa kiintymyssuhteet on jaettu neljään eri malliin: 1.turvallinen, 2.välttelevä ja turvaton, 3.ristiriitainen ja turvaton sekä 4. jäsentymätön. Turvallisessa kiintymyssuhteessa lapsi luottaa huoltajaansa ja huoltaja tunnistaa lapsen tarpeet ja vastaa niihin. Tällöin myös vuorovaikutus- ja tunnetaitojen kehittyminen tapahtuu turvallisessa ympäristössä. Lapsen tulee saada näyttää ja kokea tunteitaan ilman epäonnistumisen pelkoa. Vuorovaikutus- ja tunnetaitojen kehittämisessä voi ilmetä haasteita, jos kiintymyssuhde on välttelevä, turvaton, ristiriitainen tai jäsen-

tymätön. Lapsella voi olla turvaton ja pelokas olo, jos hän ei saa ilmaista tunteita turvallisessa ympäristössä. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 97–101.)

3.3 Lapsen tunne-elämän kehitys ennen kouluikää

Lapsen sosiaalinen kehitys kulkee käsi kädessä esimerkiksi ajattelun, tunne-elämän ja persoonallisuuden kehittymisen kanssa. Lapsen sosiaalisen kehityksen taustalla on useita teorioita, jotka vaikuttavat lapsen kehitykseen. Yksi niistä on kiintymyssuhdeteoria ja yksi vertaissuhdevaikutte, eli toisten lasten vaikutus ja heistä mallia ottaminen. Teoria pohjautuu siihen, että lapset ottavat toisistaan mallia sekä haluavat olla toistensa kaltaisia. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 116–117.)

Emotionaaliseen kehitykseen kuuluu erilaisia kehitystehtäviä, ja lasta tulee ohjata kehitystehtävien ja -vaiheiden mukaisesti (Keltikangas-Järvinen 2012, 20). Alle kouluikäisen lapsen tunne-elämän kehitys etenee askeleittain. Alle yksivuotias tulkitsee toisten kasvoista erilaisia tunnetiloja sekä liittää eri tunnetiloja asioihin ja esineisiin. Vauva kokee toisen tunteet itsessä, esimerkiksi vauva aistii itsessään aikuisen ahdistuneisuuden. 1-2-vuotias lapsi alkaa muodostaa erilaisia emotioita, esimerkiksi hän voi lohduttaa tai satuttaa toista lasta leikissä. Sietokyky toisten tunteita kohtaan suurenee, lapsi ei esimerkiksi ahdistu toisen lapsen tunteista niin helposti kuin vauvaiässä. Hän pyrkii teoillaan vaikuttamaan toisen tunteisiin, esimerkiksi halaamalla toista. 2-3-vuotias alkaa olettaa ja havaita toisen tunteita, olotilaa sekä aikomuksia. Lapsen empatiakyky kehittyy syvällisemmäksi eli hän alkaa enemmän lohduttaa muita. 3-4-vuotias lapsi alkaa osittain säädellä tunteitaan, mutta tunteiden hallinta vaatii vielä kehittymistä. Lapsi tiedostaa, että tunteet sijaitsevat itsensä lisäksi myös toisessa. 5-6-vuotias lapsi tunnistaa perustunteet ja osaa säädellä niitä. Hän kykenee empatiaan toisia ihmisiä kohtaan. (Pihlaja & Viitala 2004, 216.)

Leikki on tärkeä lapsen tunnetaitojen kehityksen kannalta. Lapsen leikki muuttuu kehityksen edetessä ja leikissä on useita eri vaiheita. Ensimmäisenä lapsi leikkii esineleikkiä, eli pieni vauva pitää helistintä kädessään ja leikkii sillä. Usein eri värit, äänet ja erituntuiset pinnat kiinnostavat vauvaa. Leikki on vielä yksin leikkiä ja kontaktin ot-

tamista lähinnä omiin perheenjäseniin. Seuraava leikin vaihe on rakenteluleikki, jossa on mukana toisia lapsia. Lapsi opettelee tekemään yhteistyötä toisten lasten kanssa esimerkiksi rakentelemalla legoilla. Seuraava leikin vaihe on roolileikki. Lapset jakavat roolit ja eläytyvät niihin. He osaavat keksiä erilaisia juonia ja tarinoita leikkeihin. Roolileikkien kautta mukaan tulevat sääntöleikit. Sääntöleikeissä lapset leikkivät yhdessä, sopivat yhdessä säännöistä, vuorottelevat sekä mukana on kilpailuun liittyviä leikkejä ja pelejä. Sääntöleikeissä on mukana useampia lapsia (esimerkiksi koulussa). Eri leikin vaiheet tulee tiedostaa, koska leikeissä käsitellään usein paljon tärkeitä asioita, jotka kehittävät lasten vuorovaikutus- ja tunnetaitoja. (Kronqvist ym. 2007, 122.)

Opinnäytetyössä ja menetelmäoppaassa on huomioitu erityistä tukea tarvitsevien sekä vammaisten lasten tunnetaitojen harjoittamisen tärkeys. Perusteena tälle on yhdenvertaisuuslaki (Laki yhdenvertaisuudesta 1325/2014), jonka mukaan viranomaisella on velvollisuus edistää yhdenvertaisuutta. Jokainen ihminen on omalla tavallaan erityinen ja joskus, niin kutsutun, normaalin ja erityisen raja on häilyvä. Erityisen tuen tarve voi johtua lääketieteellisestä poikkeavuudesta, esimerkiksi elimellisestä vammasta tai synnytyksen aikaisesta komplikaatiosta. Henkilö voi sairastua tai vammautua myöhemmin, esimerkiksi loukkaantumisen seurauksena, jolloin hän voi tarvita erityistä tukea. (Määttä & Rantala 2010, 35–36.)

Erityisyyttä on yhtä monenlaista kuin meitä ihmisiäkin: jokainen on yksilönsä ja jokaisella on erilaiset tuen tarpeet ja voimavarat. Asioiden tiedostaminen on tärkeää. Erityisyys voi olla fyysistä, psyykkistä tai sosiaalista. Se voi olla syntymästä asti mukana kulkenut, tai vasta myöhemmin ilmennyt. Erityisyys ei näy aina päällepäin, vaan se voi olla sisäistä, esimerkiksi ahdistuneisuushäiriö tai masennus. Ihmistä ei tule määrittää ulkonäön perusteella, vaan jokainen meistä on arvokas omalla tavallaan. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa vuodelta 2005 viitataan erityisen tuen tarpeeseen silloin, jos lapsi tarvitsee tukea fyysisen, tiedollisen, taidollisen, tunne-elämän tai sosiaalisen kehityksen osa-alueilla. Se, kuinka paljon apua lapsi tarvitsee ja miten pitkän ajan, on aina yksilöllistä. (Määttä ym. 2010, 103.)

Erityiskasvatus nähdään yläkäsitteenä, joka sisältää kolme eri osa-aluetta: erityispedagogiikan, koulu- ja päiväkotimaailmaan painottuvan erityisopetuksen sekä lähinnä

sosiaalihuoltoon viittaavan erityishuollon (Asko 2013, 9). Erityispedagogiikka on soveltava tieteenala ja sen tieteenaloja ovat muun muassa psykologia ja kasvatustieteet. Erityisopetuksella tarkoitetaan opetusta, joka keskittyy erityistä tukea tarvitseviin oppilaisiin. Erityisopetusta järjestetään esikoulussa, perusopetuksessa, toisen asteen opinnoissa sekä korkeakouluissa ja vapaan sivistystyön oppilaitoksissa. Erityishuolto sisältää esimerkiksi kehitysvammaisten hoito- ja kuntoutuspalvelut. (Erityiskasvatus 2018.) Erityistä tukea tarvitsevat lapset tai nuoret voivat olla erityisopetuksessa esimerkiksi vammaisuuden, sairauden, kehityksen viivästymisen, tunne-elämän häiriön tai muun syyn vuoksi (Tilastokeskus 2017).

Vammaisuus on moninainen käsite, joka on ennen käsitetty lääketieteellisyyden ja hoidollisen näkökulman kautta. Nykyään yhteiskunnassa ymmärrys yhdenvertaisuudesta ja kaikkien osallisuudesta on kasvanut. Vammaisuutta ei nähdä enää vain diagnooseina tai tietynä ryhmänä, vaan on osattu keskittyä enemmän yksilöllisyyteen ja osallisuuden tärkeyteen. Noin kymmenellä tuhannella, eli alle 1 % alle 18-vuotiaista suomalaisista, on kehitysvamma. (Hujala 2011, 18.) Viime vuosien aikana vammaisten ihmisten oikeuksiin on alettu kiinnittää enemmän huomiota ja esimerkiksi syrjinnän ja syrjäytymisen ehkäisyyn on panostettu enemmän. Tavoitteena on aina lapsen etu. Yhdistyneiden kansakuntien lapsen oikeuksien yleissopimus eli LOS on kansainvälinen sopimus, joka koskee lapsen oikeuksia. Se on ollut Suomessa voimassa vuodesta 1991 alkaen. Yleissopimus käsittää lapsen kannalta keskeisimmät ihmisoikeusasiat. Sopimus koskee kaikkia alle 18-vuotiaita. Sopimuksessa korostetaan yhdenvertaisuuden näkökulmaa ja jokaisen lapsen täytyy saada pääasiassa olla lapsi eikä palvelun kohde. Lapsen oikeudet kuuluvat kaikille ja kaikilla lapsilla tulee olla oikeus vaikuttaa. (Hujala 2011, 9.)

Alle kouluikäisten lasten emotionaaliseen kehitykseen voi liittyä myös tunne-elämän poikkeavuuksia, esimerkiksi aleksitymiaa tai tunnekylmyyttä. Aleksitymialla tarkoitetaan henkilön vaikeutta tunnistaa tunteitaan ja kuvata niitä. Siihen voi myös liittyä suppea mielikuvitusmaailma, konkreettinen ajattelutapa, vajavaisesti kehittynyt taito tiedostaa tunteita sekä käsitellä niitä itsessä ja muissa. Aleksitymiaan on todettu liittyvän myös sekä fyysisiä että psyykkisiä oireita, kuten kroonista kipua tai ahdistuneisuutta. (Saarijärvi, Salminen & Äärelä 2016.) Suomessa aleksitymiaa on todettu 10 % naisilla ja 17 % miehillä. On tutkittu, että osalla ihmisistä, joilla on neurologinen

oireyhtymä, esimerkiksi Asperger tai ADHD, on yleisemmin haasteita tunteiden tunnistamisessa ja hallitsemisessa. Varsinaisia vaikuttavia tekijöitä aleksitymiaan on vaikea sanoa. Tutkimusten mukaan taustalla voi olla perinnöllisiä tekijöitä, mutta myös traumaattisia kokemuksia. (Saarijärvi ym. 2016.)

Aleksitymisen henkilön sanaton viestintä, kuten ilmeet ja eleet, on usein heikkoa. Neurobiologisena selityksenä empatiakyvylle toimii aivojen peilisoluteoria. Ihmisen limbinen järjestelmä säätelee emootiota, jota moduloivat peilisolut. Peilisolujärjestelmä koostuu aivojen mekanismeista, jotka mahdollistavat esimerkiksi ihmisen arvioinnin ja mielenliikkeiden toiminnan muita ihmisiä kohtaan. Ihminen, jolla on aleksitymia, ei kykene peilaamaan ja jäljittelemään samalla lailla tunteita kuin muut. (Saarijärvi ym. 2016.)

Suomalainen (2018) on kuvannut tunnekylmiä lapsia. Tunnekylmyydessä eli tunne-elämän poikkeavuudessa on todettu olevan yhteys vakaviin käytöshäiriöihin. Varhaislapsuudessa tunnekylmyyden puuttumisella voidaan ehkäistä käytöshäiriöitä ja tunnekylmyyden voimakkaita piirteitä. Käytöshäiriöitä ilmenee noin viidellä prosentilla lapsista, joista vähemmistöllä on todettu olevan tunnekylmyyttä. Tunnekylmällä lapsella ei ole aina käytöshäiriöitä, vaan tunnekylmyyden aiheuttajana voi olla lapsuusiän trauma tai suuri elämänmuutos. Tunnekylmyydellä ja käytöshäiriöillä on todettu olevan yhteys myöhemmällä iällä psykososiaalisiin sekä psykiatrisiin ongelmiin. On tärkeää huomioida, että tunnekylmästä lapsesta ei tule automaattisesti mielenterveyshäiriöistä kärsivä ihminen tai että hän joutuisi vakaviin vaikeuksiin. (Suomalainen 2018.)

Perimän ja ympäristötekijöiden on todettu vaikuttavan lapsen tunnekylmyyteen. Perimä altistaa tunnekylmyyteen, mutta kasvu ympäristön on todettu vahvistavan tai hillitsevän tunnekylmyyttä. Kasvatuksessa on oleellista, että lapselle asetetaan rajat ja annetaan rakkautta. Turvattomassa kasvu ympäristössä lapsi ei saa tarpeeksi hoivaa ja häntä kohdellaan huonosti, jolloin tunnekylmyys voi vahvistua. Turvallinen kasvu ympäristö voi ehkäistä tunnekylmyyden vahvistumista. Tutkimusten perusteella tunnekylmyys voidaan havaita jo 3-4vuotiailla lapsilla. (Suomalainen 2018.)

Tunnekylmät lapset eivät tarvitse aina hoitoa, sillä tunnekyllämyyden oireet tai piirteet voivat vähentyä iän myötä. Tunnekyllämyyden oireiden näkyessä useissa eri tilanteissa ja ympäristöissä sekä jatkuessa yli vuoden verran, lapsen voidaan epäillä kärsivän tunnekyllämyydestä. Varhaislapsuudessa tärkeimmät hoitomuodot ovat lapsen ja vanhemman vuorovaikutuksen tukeminen sekä tunnetaitojen opettaminen. Tunnetaitojen harjoittelussa opetellaan nimeämään tunteita ja tunnistamaan niitä sekä itsessä että muissa tunteiden säätelyn ja hallinnan lisäksi. Lapsen kannustaminen ja hyvän huomaaminen on oleellista lapsen kasvun ja kehityksen tukemisessa. Aikuisen on tärkeää tarjota lapselle erilaisia positiivisen vuorovaikutuksen keinoja sekä lämpöä, empatiaa ja huomiota. Rankaiseminen voi johtaa pahempiin käytöshäiriöoireisiin, joten sitä tulee välttää. (Suomalainen 2018.) Nämä tutkimukset ovat perusteena sille, miksi haluamme huomioida tunnetaitojen harjoittelussa erityistä tukea tarvitsevat lapset varhaisessa vaiheessa.

3.4 Lapsi- ja perhelähtöisyys sekä osallisuus tunnetaitojen tukena

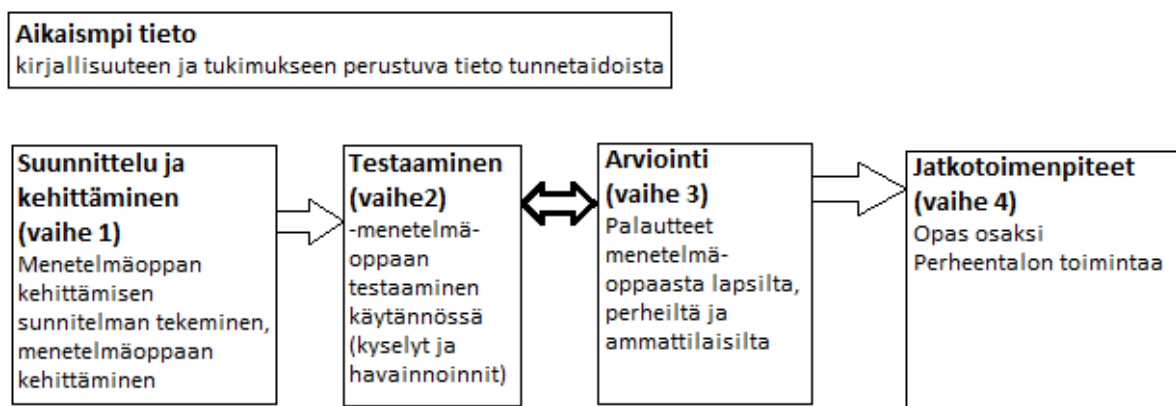
Keskeiset näkökulmat tässä luvussa ovat lapsi- ja perhelähtöisyys sekä osallisuus, joiden pohjalta menetelmäoppaan sisältö suunnitellaan, kehitellään ja toteutetaan. Lapsilähtöisyydellä tarkoitetaan, että lapsi nähdään yksilönä ja hänen kiinnostuksen kohteensa ja tarpeensa huomioidaan. Lapsi on aktiivinen toimija, joka saa osallistua ja vaikuttaa itse omiin asioihinsa. Lapsilähtöisyydessä aikuiselta odotetaan herkkyyttä havainnoida ja kuunnella lasta hänen tarpeidensa mukaisesti. Lapsi saa ilmaista itseään ja sanoa turvallisesti ääneen omat ajatuksensa. Lapsilähtöisyyttä tukee esimerkiksi vapaa leikki, jossa lapsi saa itse määrätä sen, mitä ja miten hän haluaa leikkiä. Hän oppii tekemään päätöksiä ja luottamaan itseensä ja samalla hän oppii monia muita tärkeitä taitoja. Kasvattaja tukee, havainnollistaa ja osallistaa lasta eikä liikaa rajaa vapaata leikkiä, jotta lapsi saa itse vaikuttaa siihen. Lapsilähtöisyys on hyvä tiedostaa käsitteenä, sillä lapsilähtöisyys ei tarkoita sitä, että lapsi päättäisi kaiken yksin tai johtaisi kaikkea toimintaa. Tärkeää on muistaa, että lapsen tulee olla tasavertaisessa asemassa aikuisen kanssa, mutta aikuisen on oltava vielä lapsen tukena ja auktoriteettina toiminnassa. Lapsilähtöisyydessä lapsi tunnetaan, hänen toiveensa ja haaveensa sekä voimavaransa ja tuen tarpeensa tiedetään ja niihin vastataan. (Kaartinen 2015, 15–16.)

Perhelähtöisyydessä perhe ja sen arkielämä ja tavat toimia tunnetaan. Perheen aktiivista roolia tulee kunnioittaa. Perheellä on oikeus määrittellä itse, mitä palveluja he käyttävät ja mihin ja miten he haluavat osallistua. Perhelähtöisyydessä tavoitellaan aina perheen parasta huomioiden heidän yksilöllisyytensä ja tuen tarpeensa. Perheessä tavoitellaan aina lapsen ja perheen hyvinvointia ja luodaan tavoitteita siitä, miten ne voidaan saavuttaa. Ammattilaisen ja perheen yhteistyö ja yhteinen aaltopituus luovat hyvän pohjan perhelähtöisyydelle. (Auvinen, Kauppila ja Pyhtinen 2011, 20.)

Lapsen osallisuus tarkoittaa sitä, että lapsi voi olla mukana määrittämässä, arvioimassa ja toteuttamassa etunsa turvaamiseksi tehtävää työtä. Lapsella on mahdollisuus olla mukana ja vaikuttaa itseään koskeviin asioihin yhteisöissä. Osallisuuden kautta opitaan olemaan ja elämään yhdessä. Osallisuus koostuu oikeudesta saada tietoa itseä koskevista suunnitelmista, ratkaisuista, toimenpiteistä ja niiden perusteista sekä mahdollisuudesta ilmaista oma mielipiteensä ja vaikuttaa asioihin. Oleellista on vastavuoroisuus, koska vaikuttaminen ei ole mahdollista, jos ei pääse mukaan asioiden käsittelyyn tai saa niistä tietoa. Osallistuminen on toimintaa, jossa osallisuus konkretisoituu. Lasten osallisuuden toteutuminen edellyttää aikuiselta valmiuksia tehdä yhteistyötä lasten kanssa, osata kuunnella heitä ja ottaa lasten mielipiteet huomioon. Osallisuus rakentuu monista erilaisista tekijöistä: osallistumisesta, kieltäytymisestä, tiedon saamisesta, vaikuttamisesta, omien mielipiteiden ilmaisusta sekä mahdollisuudesta itsenäisiin päätöksiin. (Terveiden ja hyvinvoinninlaitos 2016.)

4 MENETELMÄOPPAAN KEHITTÄMINEN JA TOTEUTTAMINEN TUNNETAITOJEN HARJOITTAMISEKSI

Menetelmäoppaamme kehittämisen eteneminen on kuvattu kuviossa 1. Yhteenveto menetelmäoppaan kehittämisestä on kuvattu kuviossa 2 (s.32). Opinnäytetyömme konkreettisena tuotoksena suunnittelimme, kokeilimme ja kokosimme Rossi ja Viima tunnetaitoja opettelemassa- menetelmäoppaan alle kouluikäisille lapsille (Liite 1.). Jatkossa, kun tässä luvussa mainitaan menetelmäopas, viitataan siinä kyseiseen liitteeseen. Tiedonhankintamenetelminä on käytetty aivoriisiä, osallistavaa havainnointia sekä kyselyitä. Opas on toteutettu niin, että se on helposti saavutettavissa sekä vanhemmille että ammattilaisille, jossa huomioidaan lapset heidän moninaisuutensa ja yksilöllisyytensä kautta. Opas on selkeä ja siinä käsitellään tunnetaitojen perusasioita. Oppaassa on menetelmiä tunteiden nimeämiseen ja tunnistamiseen sekä itsessä että muissa sekä menetelmiä, joissa harjoitellaan tunteiden säätelyä ja hallintaa.



Kuvio 1 Menetelmäoppaan kehittämisen prosessi

4.1 Suunnittelu ja kehittäminen

Osallistuimme Humanistisen ammattikorkeakoulun järjestämään työelämätoriiin syksyllä 2017, jossa Kuopion Perheentalo esitteli toimintaansa. Kiinnostuimme Perheentalon toiminnasta ja kerroimme alustavan opinnäytetyönsuunnitelmamme Perheentalon ohjaajalle. Hän suositteli meille Lastu-projektia ja antoi meille Lastu-projektin

koordinaattorin yhteystiedot. Esittelimme koordinaattorille opinnäytetyöideaa lasten tunnetaidoista, josta hän kiinnostui ja ryhtyi opinnäytetyömme tilaajaksi. Sovimme, että jalostamme tarkemmin opinnäytetyöprosessia yhdessä. Pohdimme, mitä kaikkia menetelmiä tunteisiin ja tunnetaitoihin liittyy ja miten voisimme kehittää niitä. Ideoita syntyi paljon, joten päädyimme siihen, että haluamme koota ne yhteen oppaaseen. Idean jalostuessa halusimme kehittää omat tunnekortit, joissa roolimalleina olisivat itse keksimämme kaksi hahmoa.

Hahmot syntyivät, kun pohdimme, mitä eläimiä ne voisivat olla. Halusimme hahmojen olevan eläimiä, koska ne ovat usein lapsille mielekkäitä. Eläinhahmojen vaihtoehtoina mietimme karhua, oravaa, kilpikonnaa ja hirveä. Päädyimme hirveen, koska sitä on käytetty lastenohjelmissa vähän, mutta se on kuitenkin suomalaisille lapsille tuttu eläin. Halusimme luoda sympaattiselta ja hellyttävältä näyttävän hirvihahmon. Nimesimme hirven Viimaksi. Toiseksi hahmoksi halusimme valita sellaisen eläimen, joka olisi lapsille miellyttävä ja helposti lähestyttävä. Mieleemme tuli kilpikonna, jonka nimesimme Rossiksi. Halusimme antaa hahmoille nimet, joista jokainen voi itse määrittellä, mitä sukupuolta ne ovat. Hahmot esiintyvät oppaan kaikissa menetelmissä. Oppaan ja hahmojen kuvittajiksi kysyimme kahta taiteellista ystäväämme, jotka suostuivat kuvittamaan Rossi- ja Viima-hahmot ja joiden kanssa selvitimme myös tekijänoikeuksiin liittyvät asiat. Molemmista tunnekorttihahmoista on tehty kaksitoista erilaisista tunnekorttia, jotka kuvaavat seuraavia tunteita: ilo, suru, viha, pelko, onni, hämmästyminen, tyytyväisyys, väsymys, jännitys, häpeä, katumus ja uteliaisuus. Valitsimme nämä tunteet, koska pyrimme nostamaan esille tunteita, jotka esiintyvät yleensä lasten arjessa. Ajatuksena oli, että tunteet olisivat keskenään erilaisia sekä tunnistettavia.

Aivoriihi suunnittelun apuvälineenä

Aivoriihi eli brainstorming on ryhmätyömenetelmä, jossa ryhmä pohtii yhdessä ideoita, ongelmaratkaisua ja päätöksentekoa kehittämistyöhön ja sen etenemiseen liittyen. Ryhmässä pohditaan mahdollisimman monia ideoita, aloitetaan ideointi jonkin ongelman pohjalta sekä laajennetaan käsitystä jostakin ongelmasta ja etsitään sille ratkaisua. Menetelmän tarkoitus on kehittää luottamusta omaan osaamiseen ja luovuuteen sekä lisätä valmiuksia erilaisten ongelmien havaitsemiseen. Aivoriihen myö-

tä saadaan ryhmä toimimaan ja lisätään sen kuuntelutaitoa sekä toisten ideoiden arvostamista. (Työkalupakki 2018.)

Meille menetelmäoppaan kehittäjille aivoriihi valikoitui menetelmäksi siksi, koska olemme kehittämishaluisia ihmisiä, joilla syntyy paljon ideoita. Kahdestaan opinnäytetyötä tehdessä meille oli tärkeää kerääntyä yhteen sekä purkaa ja kertoa ajatuksiaan ääneen koko kehittämisprosessin ajan. Sen ideana on tuottaa ideoita ryhmässä, tässä tapauksessa lähinnä kahdestaan. Myös ohjaaja ja muut toimijat, joiden kanssa teimme paljon yhteistyötä, osallistuivat usein aivoriihiin. Ohjaajaltamme tuli lähdevinkkejä ja myös kokemuksen kautta erilaisia ideoita ja hyviksi havaittuja käytänteitä. Kirjasimme aivoriihiemme tuotoksia ylös ja palasimme niihin myöhemmin. Aivoriihien tuloksena meille syntyi monta hyvää ideaa, hyviä menetelmiä sekä pohdintoja, jotka koimme tärkeäksi opinnäytetyöllemme. Aivoriihi oli toimiva kehittämistyön menetelmä, sillä olemme ihmisinä idearikkaita ja uskallamme kokeilla ja kehittää uusia ideoita. Oli ilo huomata, että saimme paljon vastuuta kehittää ja toteuttaa omia ideoitamme tunnetaitoihin liittyen. Opinnäytetyössämme tämä menetelmä palveli hyvin ideoitamme ja prosessin etenemistä. Huomioimme toistemme ideat, jalostimme niitä eteenpäin ja uskalsimme sanoa rohkeasti oman mielipiteemme asioihin.

Ensimmäisessä kokouksessa esittelimme tilaajalle alustavan suunnitelmamme. Tilaa- ja hyväksyi suunnitelmamme, jonka pohjalta lähdimme viemään suunnitelmaamme eteenpäin. Kerhotoiminnan lisäksi tilaajan toiveena oli, että olemme mukana vertais-toiminnassa, ohjaamme tunnetaitoiltoja, teemailtoja sekä vierailemme eri yhteistyötohojen luona. Sovimme tuottavamme näihin toimintoihin tunnetaitomateriaalia ja -menetelmiä, joita kokoaisimme menetelmäoppaaseen. Tuokioissa sovelsimme monipuolisia, leikin kautta toteutettuja menetelmiä: liikuntaa, musiikkia, draamaa, taiteita ja satuja. Käytetyt menetelmät käsittelivät joko tunteiden nimeämistä ja tunnistamista tai tunteidensäätelyä ja -hallintaa.

4.1.1 Kohderyhmien osallistaminen

Tässä opinnäytetyössä on hyödynnetty osallistavaa toimintatutkimuksellista työtettä menetelmäoppaan kehittämiseksi. Toimintatutkimus on usein tilanteeseen sidottua ja käytännönläheistä, jonka lähtökohtana on yhteisössä esiin noussut, ratkaisua vaativa arkinen ongelma. Yleensä se on ajallisesti rajattu tutkimus- ja kehittämisprojekti, jossa suunnitellaan ja kokeillaan uusia toimintatapoja. Pienimmillään toimintatutkimus on oman työn kehittämistä tavoitteena tuottaa käytännön hyötyä ja käyttökelpoista tietoa. (Heikkinen 2008, 78–93.) Osallistavassa toimintatutkimuksessa tutkija ja tutkitavat toimivat aktiivisesti ja he ovat sitoutuneita yhteistyöhön, jota tukee keskinäinen luottamuksellinen kommunikointi (Heikkinen ym. 2008a, 39–74).

Olemme hyödyntäneet laadullisia menetelmiä oppaan kehittämisessä, kuten kyselyitä ja havainnointia (Liitteet 2-9.). Lähestymistapana nämä kvalitatiiviset menetelmät toimivat tiedonkeruumenetelminä parhaiten Kuopion Perheentalon konseptissa, sillä tiedonkeruu oli luontevaa ja yksilöllisyys otettiin huomioon. Asetimme tutkimustehtävällemme suunnitelmallisesti tavoitteet ja tarkoituksen, joiden kautta saisimme riittävästi tietoa ja palautetta menetelmistämme sekä oppaastamme. Kohderyhmäksi valikoituivat ne perheet, joilla oli alle kouluikäisiä lapsia ja jotka olivat Perheentalon kävijöitä silloin, kun toteutimme tuokioita, joissa keräsimme palautetta. Kyselylomakkeiden palautteet sekä havainnoinnin perusteella tehdyt muistiinpanot litteroimme kirjoittamalla ensin puhtaaksi selkeän kokonaisuuden, jonka jälkeen analysoimme ja raportoimme tulokset. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2009, 50, 74.)

4.1.2 Käytetyt menetelmät

Kyselyt

Kysely soveltuu hyvin aiheiden ja ilmiöiden tutkimiseen. Perusvaatimuksena kyselyn käytölle on, että aiempaa tietoa tutkittavasta ilmiöstä on riittävästi. Kysely on menetelmänä yleensä tehokas ja nopea sekä helppo toteuttaa. (Ojasalo & Moilanen & Ritalahti 2015, 121.) Kuopion Perheentalon toiminta on usein hektistä ja nopeatempoista, eikä pienten lasten läheisillä ole aikaa irrottautua pitkäksi aikaa esimerkiksi haas-

tatteluihin. Siksi päädyimme, että luomme kyselyitä, jotka olisivat maksimissaan viiden kysymyksen mittaisia ja mahdollisimman nopeita vastata. Saimme kyselyihin kolmekymmentä vastausta kyselylomakkeilla. Tavoitteemme kehittämisideoista ja palautteista täyttyi, sillä suurin osa saamistamme vastauksista oli prosessia edistäviä ja koimme saavamme hyvää ja arvokasta palautetta prosessiamme varten.

Suunnittelimme kyselylomakkeet aina samalla kaavalla, jotta ne olisivat mahdollisimman selkeitä, nopeita ja helposti täytettäviä. Kysymyksiä oli maksimissaan viisi, joista yleensä kaksi tai kolme oli avoimia kysymyksiä ja kaksi suljettuja. Pyrimme saamaan kehittämisideoita ja toiveita kävijälähtöisesti, joten siksi päädyimme aina vähintään kahteen avoimeen kysymykseen, jossa vastaajan omat toiveet tulisivat ilmi. Kyselylomakkeen pituudessa ja ohjeissa noudatimme sitä, että kysely olisi selkeä ja vastaamiseen menisi maksimissaan viisitoista minuuttia. Pyrimme, että kysymykset olisivat mahdollisimman tiiviitä ja käytimme kieltä, joka on ymmärrettävää ja jossa ei ole liikaa ammattisanastoa. (Ojasalo ym. 2015, 108–116.) Menetelmänä kysely toimi meidän tarkoitukseemme ja tavoitteeseemme nähden hyvin. Se oli helppo ja näppärä luoda sekä toimi hyvin Kuopion Perheentalon konseptissa. Saimme kyselyjen kautta 30 vastausta kehittämään menetelmiämme ja oppaan kokonaisuutta toimivammaksi. Koimme, että tätä kautta huomioimme perhe- ja lapsilähtöisyyden, sillä palautteissa huomioitiin koko perhe.

Havainnointi

Havainnoinnilla tarkoitetaan mahdollisuutta saada tietoa ihmisten käyttäytymistavoista heidän luonnollisessa toimintaympäristössään. Havainnointi sopii kehittämistehtäviin, joissa kohteena on yksilön toiminta sekä vuorovaikutus toisten ihmisten kanssa. (Ojasalo ym. 2015, 114.) Käytimme menetelmänä aktiivista osallistuvaa havainnointia, jossa ohjaaja vaikuttaa läsnäolollaan lasten toimintaan. Ohjaajalla on havainnointitilanteessa kaksi roolia, osallistujan rooli ja muiden käyttäytymisen seuraamisen rooli. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.) Käytimme myös muita havainnointitapoja prosessin aikana. Osa havainnoinnista tapahtui siten, että toinen meistä ohjasi ja toinen oli osallisena tuokiossa ja samalla toinen seurasi sivusta ja teki muistiinpanoja. Välillä me molemmat osallistuimme tuokioihin ja kokosimme ajatukset yhteen tuokioiden jälkeen.

Valitsimme havainnoinnin kehittämistyön menetelmäksi, koska sen avulla saa välitöntä tietoa sekä tärkeitä näkökulmia oppaan kehittämiseksi. Lähes jokaisen menetelmämme yhtenä tavoitteena on lasten välisen vuorovaikutuksen kehittäminen, joten havainnoinnin keinoin sen toteutumista on helppo seurata menetelmien toimivuuden kannalta. Useiden menetelmiemme tavoitteena on toimia hyvin myös lasten kanssa, jotka eivät kommunikoi puheella, joten havainnointi oli hyvä keino tarkkailla sen toteutumista. Ohjasimme useita lapsia, joilla oli kielellisen kehityksen haasteita, joten saimme havainnoinnin kautta tarpeeksi tietoa. Ohjasimme paljon myös alle kolmevuotiaita lapsia, jotka eivät vielä kykene kertomaan perusteellisesti mielipidettään menetelmistä, joten havainnointi sopi tähänkin näkökulmaan hyvin. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2009, 95.)

Havainnointi soveltui hyvin tiedon keräämiseen Kuopion Perheentalolla ja se oli helppo tapa kerätä tietoa. Tunnetuokioidemme ryhmät olivat moninaisia, joista osalla saattoi olla erityisen tuen tarve, liikunnallisia rajoitteita tai kielen kehityksessä haasteita. Tavoitteenamme oli, että havainnoinnin kautta saamme tietää, kuinka op- paamme menetelmät soveltuvat lapsille käytännössä, saavutetaanko ja täytetäänkö menetelmien omat tavoitteet ja ovatko ne tarpeeksi monipuolisia. Havainnoimme myös sitä, miten tuttuja tunnetaidot ovat lapsille ja heidän vanhemmilleen ja ilmeneekö ohjaustilanteissa jotain erityistä huomioitavaa. Toteutimme havainnointia kaikissa ohjaustuokioissamme, joissa ohjasimme tunnetaitomenetelmiä. Havainnointi tuntui luonnolliselta ja varmalta tavalta kerätä tietoa.

Kerroimme aina ennen tuokioita, joissa havainnoimme, että kokeiltavat menetelmät ovat osa opinnäytetyötämme. Lapset eivät kiinnittäneet havainnointiin huomiota eikä havainnointi muuttanut lasten käytöstä, sillä olimme lähes jokaiselle lapselle entuudestaan tuttuja. Aikuiset suhtautuivat havainnointiin myönteisesti. Kerroimme, että emme kirjoita henkilötietoja tai tunnistettavia asioita lapsista. Havainnoimme myös lasten suhtautumista eri menetelmiin ja halusimme huomioida, soveltuvatko menetelmät havainnoinnin perusteella kaikille alle kouluikäisille lapsille. Havainnoinnin kautta pystyimme pitkälti kehittämään tunnemenetelmiämme ja huomamaan, mitä käytännön näkökulmia tuli esille. Peilasimme havainnoinnista saatuja tuloksia opinnäytetyömme tavoitteisiin, eli tarkoituksena oli löytää menetelmät, joissa harjoitellaan

lapsen kanssa tunteiden tunnistamista itsessä ja muissa, tunteiden hallintaa sekä säätelyä ja empatiakykyä.

4.2 Testaaminen käytännössä

Menetelmäoppaan suunnittelun ja kehittämisprosessin ollessa valmis päätimme testata sen toimivuutta käytännössä. Tämä toteutui tunnetaito- ja teemailloissa sekä vertaisryhmissä. Tunnetaitotuokioissa sovelsimme ja kehitimme entisestään suunniteltuja tunnetaitomenetelmiämme. Tammi- toukokuussa 2018 olimme mukana erilaisissa tapahtumissa ja tuokioissa, joissa ohjasimme ja kehitimme menetelmäopasta. Siinä on yhteensä kolmetoista eri menetelmää, joiden kokeilua ja käyttöä avaamme tässä luvussa lisää. Menetelmiksi oppaaseen valikoituivat tunnetaitolorut, tunnesatu, tunnesatu näyttelemällä, rentoutusharjoitus, tunnehippa, nukketeatteri, kerro hyvää itsestäsi, kerro hyvää toisesta, hyvän ja huonon ystävyuden kädet, yhteinen taideteos, tunnekortin yhdistäminen oikeaan sanaan, musiikista erilaisiin tunteisiin sekä tunnekortit. Menetelmien lähtökohta on toteuttaa ne leikin kautta. Halusimme, että menetelmät ovat keskenään erilaisia ja ne toteutetaan erilaisten kategorioiden kautta, kuten draaman, liikunnan, musiikin ja satujen kautta.

Ohjasimme kerran kuukaudessa tammi-toukokuun 2018 aikana Kuopion Perheentalolla lyhyitä tunnetaitotuokioita osana avointa toimintaa. Tuokiot kestivät 10–15 minuuttia ja lapsia osallistui tuokioihin keskimäärin viisi lasta kerrallaan. Avoimeen toimintaan osallistui myös lapsia, joilla ei ollut erityisen tuen tarvetta, joten päädyimme siihen tulokseen, että kohdistamme tunnetaito-oppaan kaikille alle kouluikäisille lapsille. Päädyimme alle kouluikäisiin lapsiin, koska Perheentalon lapsikävijät ovat pääasiassa alle kouluikäisiä. Kohderyhmän iän muuttaminen tuntui luontevalta ja järkevältä opinnäytetyön tavoitteisiin nähden. Menetelmiä oli helppo ohjata lapsille, joille opas suunnattiin.

Avoimessa toiminnassa ohjasimme menetelmistämme rentoutusharjoituksen, Rossi ja Viima-tunnesadun, tunnekortteja ja musiikista erilaisiin tunteisiin. Etenimme avoimessa toiminnassa lähes joka kerralla samalla kaavalla, koska mukana oli alle 2-vuotiaita lapsia. Tuokiot olivat lyhyitä, selkeitä ja havaintojemme mukaan niihin oli

helppoa tulla mukaan myös pienen lapsen kanssa. Halusimme myös selvittää, toimivatko menetelmät integroiduissa ryhmissä eli ryhmissä, joissa on sekä erityistä tukea tarvitsevia lapsia sekä lapsia, joilla ei ole erityisen tuen tarvetta. Lisäksi ryhmissä oli usein myös keskenään eri-ikäisiä lapsia, joten halusimme saada oppaaseen kaiken ikäisille lapsille sopivia menetelmiä. Perheissä oli eri-ikäisiä sisaruksia eli menetelmien tulee olla sovellettavissa eri-ikäisille lapsille.

Tammikuussa ohjasimme ensimmäistä kertaa tunnetaitomenetelmiä Down-päivässä, johon tulivat Down-lapset ja heidän perheensä. Tavoitteenamme oli saada Down-päivän kautta erityistä tukea tarvitsevan lapsen näkökulmaa tunnetaitomenetelmien toimimisesta sekä jakaa tietoa vanhemmille ja heidän läheisilleen. Päivän aikana ja oimme kokoamiamme tietoisuuksia, jotka sisälsivät tunnetaidoista kerättyä tietoa eri blogeista ja kirjallisuudesta. Päätimme kokeilla ensimmäistä kertaa Rossi-tunnekortteja tunteiden tunnistamiseen ja nimeämiseen. Kävimme yhdessä läpi jokaisen tunnekortin. Jokaisen tunnekortin kohdalla pohdimme yhdessä lasten kanssa, mikä tunne on kyseessä, miltä tunne näyttää kasvoilla ja missä tunne tuntuu kehossa. Toisena menetelmänä ohjasimme Musiikista erilaisiin tunteisiin. Menetelmän tavoitteena on, että lapsi oppii ja saa näyttää tunteitaan juuri sellaisena kuin ne ovat. Laitoimme soimaan vauhdikasta ja hidasta musiikkia. Aina, kun musiikki lakkasi soimasta, lapset näyttivät ilmeillä, mitä tunnetta musiikki heissä herätti. Musiikki on helppo tapa tunteiden tunnistamiseen, sillä jokainen saa itse tulkita, mitä tunteita musiikki herättää.

Helmikuussa Kuopion Perheentalolla järjestettiin kaikille perheille avoin aisti-ilta Lastu-projektin toimesta. Aisti-illassa perheet saivat kokeilla aistirataa, joka koostui erilaisista aistipisteistä kuuloon, näköön, tuntoon, hajuun ja makuun liittyen. Ohjasimme kuulopisteellä menetelmäoppaamme rentoutusharjoitusta. Ajattelimme saavamme aisti-illassa hyvää käytännön kokemusta rentoutusharjoituksemme toimivuudesta. Rentoutusharjoituksen tavoitteena on kehittää lapsen kykyä rauhoittua ja rentoutua hetkeksi sekä lisätä lapsen mielikuvitusta ja tietoisuutta omasta kehosta. Rentoutusharjoitus sopii hyvin aktiivisemmän toiminnan loppuun, jolloin lapsia rauhoitellaan.

Kävimme helmikuussa Kuopion yliopistollisessa sairaalassa esittelemässä erityistä tukea tarvitsevien lasten läheisille menetelmäopasta. Tilaisuuden jälkeen meidät kut-

suttiin kiinnostuneen lastentarhanopettajan toimesta erääseen esikouluryhmään ohjaamaan tunnetaitotuokiota. Esitimme esikouluryhmälle Mannerheimin lastensuojeluliiton pöytäteatterin "Ujo lohikäärme". Satu valikoitui siksi, koska se käsitteli tunteita ja saattoi lapset mielenkiintoisella tavalla aiheeseen. Huomasimme pöytäteatterin olevan mielenkiintoinen menetelmä lasten mielestä, joten päätimme luoda oman nukke-teatterin Rossi- ja Viima-hahmoista. Sadun jälkeen lapset jaettiin kolmeen pienryhmään. Toteutimme jokaiselle pienryhmälle samalla kaavalla tunnetaitotuokion. Meillä oli mukanaamme Rossi- ja Viima- tunnekortit, joista päätimme käyttää Rossi- tunnekortteja. Aluksi kävimme lasten kanssa yhdessä läpi, mitä tunteita korteissa näkyy ja miltä lapset itse näyttävät, kun he kokevat erilaisia tunteita. Kävimme läpi erilaisia kierroksia, joissa jokainen lapsi sai halutessaan kertoa, milloin on esimerkiksi tuntenut itsensä iloiseksi tai surulliseksi. Kokeilimme menetelmää, jonka olimme valinneet oppaaseemme viimeisimpänä, eli tunnekortin ja siihen kuuluvan sanan yhdistämistä. Luimme aina tunnesanan ääneen ja lapset saivat vuorotellen yhdistää sanan oikeaan korttiin. Tämän harjoitteen jälkeen luimme rentoutussadun Rossista ja Viimasta.

Maaliskuussa ohjasimme viisi eri menetelmää tunnetaitopajassa. Tunnetaitopaja oli yhden päivän tapahtuma, jossa ohjasimme lähes valmiin oppaamme menetelmiä ja keräsimme niistä palautetta sekä kehittämisideoita. Menetelmät, joita ohjasimme tunnetaitopajassa, olivat tunnetaitolorut, tunnekortin yhdistäminen oikeaan sanaan, yhteinen taideteos, tunnehippa sekä musiikista erilaisiin tunteisiin. Tunnetaitolorujen tavoitteena on auttaa lasta nimeämään ja tunnistamaan tunteita sekä tukea hänen kielellistä kehitystään. Lorut voidaan liittää osaksi lasten päivittäisiä rutiineja esimerkiksi kotona arjessa tai päiväkodeissa ja kouluissa. Lasta voidaan rohkaista ilmaisemaan tunnetilaansa pyytämällä häntä lausumaan tuntemiinsa tunteisiin liittyviä loruja.

Toisena menetelmänä ohjasimme tunnekortin yhdistämistä oikeaan sanaan. Levi- timme tunnekortit ja tunnesanat sekalaisessa järjestyksessä lattialle ja kävimme yhdessä lapsen kanssa tunnesana kerrallaan läpi sen yhdistämisen oikeaan korttiin. Kokeilimme Rossi sekä Viima tunnekorteilla yhdistämistä. Yhteinen taideteos- menetelmän tavoitteena on lisätä perheen tai ryhmän yhteenkuuluvuuden tunnetta, tunteiden hallintaa sekä säätelyä. Menetelmässä harjoitellaan vuoron odottamista ja toiselle piirtämisvuoron antamista sekä oman että muiden tekemien piirrosten hyväk-

symistä. Yhteinen taideteos- menetelmän ideana on, että jokainen ryhmäläinen saa käydä piirtämässä suurelle paperille jotain, mitä haluaa.

Tunnehippaa kokeilimme kerran, mutta osallistujien nuoren iän vuoksi hipan tavoitteet eivät toteutuneet. Tunnehipan tavoitteena on, että hipassa lapsi pääsee kertomaan erilaisia tunteita. Menetelmässä vaaditaan perustunteiden tuntemista. Viimeisenä menetelmänä kokeilimme Musiikista erilaisiin tunteisiin-menetelmää samalla kaavalla kuin aiemmin Down-päivässä.

Tunnetaitopajassa saimme idean jaotella menetelmät vaatimustason mukaan. Emme halunneet jakaa menetelmiä iän mukaan, koska jokainen lapsi on yksilö ja kehittyy omaan tahtiin. Tästä syystä päädyimme siihen tulokseen, että värit sopivat paremmin tunnetaito-osaamisen arvioimiseen. Keksimme jakaa menetelmät liikennevalovärien mukaan: vihreissä menetelmissä harjoitellaan perustunteiden nimeämistä ja tunnistamista, keltaisissa menetelmissä sovelletaan perustunnetaitoja toiminnan kautta ja punaisissa menetelmissä käsitellään jo tunteiden säätelyä ja hallintaa keskustelun kautta.

Maaliskuussa kävimme Kuopion Perheentalon avoimessa toiminnassa kokeilemassa Rossi ja Viima tunnesatua. Tunnesadun tavoitteena on, että lapsi voi tarinan kautta opetella tunnistamaan ja näyttämään, miltä eri tunteet näyttävät kasvoilla ja miltä erilaiset tunteet tuntuvat kehossa. Tarinan pystyi lukemaan joko Viima-hirven tai Rossi-kilpikonnän näkökulmasta riippuen siitä, kummat tunnekortit lapsi valitsee tarinaan. Toteutimme tarinan Rossi-kilpikonnän näkökulmasta ja visuaalisen hahmottamisen vuoksi otimme Rossi- tunnekortit käyttöön. Tämä toimi pienempien lasten, 2-3- vuotiaiden kanssa. Myöhemmin sovelsimme tunnesatua näyttelemällä sen pienen lapsiryhmän kanssa. Tunnesatu näyttelemällä- tarkoituksena on, että jokainen lapsi saa oman roolin sadusta. Roolin tarkoituksena on tukea lapsen tunteiden hallintaa eli keskittymiskykyä, vuoron odottamista ja kykyä eläytyä toisen asemaan.

Valitsimme oppaaseen myös menetelmiä, joita emme kokeilleet käytännössä. Kyseiset menetelmät ovat hyvän ja huonon ystävyuden kädet, kerro hyvää itsestäsi sekä kerro hyvää toisesta. Nämä menetelmät ovat punaisia, eli niissä tarvitaan syvempää tunnetaito-osaamista. Hyvän ja huonon ystävyuden kädet-menetelmän tavoitteena

on, että lapsi miettii, mitä hyviä ja tärkeitä asioita kuuluu hyvään ystävyyteen ja mitä kuuluu huonoon ystävyyteen. Tarkoituksena on herättää ajatuksia ystävyydestä ja millaisia tunteita hyvä ja huono ystävyys lapsissa herättää. Menetelmä toteutetaan siten, että A4-paperille piirretään oikea ja vasen käsi. Lapsen annetaan maalata tai värittää oikea käsi hänen mielestään ystävyyttä kuvaavilla väreillä. Vasemman käden lapsi puolestaan värittää sellaisilla väreillä, jotka kuuluvat huonoon ystävyyteen. Lopuksi yhdessä aikuisen kanssa jokaiseen hyvän ystävyyden käden sormiin kirjoitetaan tai annetaan lapsen piirtää viisi hyvää asiaa ystävyydestä. Sama tehdään huonon ystävyyden kädelle. Samalla käydään lapsen kanssa toiminnan kautta keskustelua hyvästä ja huonosta ystävyydestä ja mitä eroa niillä on.

Kerro hyvää itsestäsi- menetelmä valikoitui oppaaseen, koska se vahvistaa lapsen itsetuntoa ja minäkuvaa. Menetelmässä lapsi piirtää oman kuvansa paperille ja aikuisen avustamana piirtää tai kirjoittaa positiivisia asioita itsestään. Menetelmän tavoitteena on, että lapsi näkee itsessään hyviä asioita ja opettelee nimeämään niitä. Kerro hyvää toisesta- menetelmässä jokainen kirjoittaa tai piirtää oman nimensä paperiin ja paperia lähdetään kierrättämään osallistujilla. Jokainen kirjoittaa tai piirtää toisesta yhden positiivisen asian, ja kun kaikki ovat valmiita, jää jokaiselle oma paperi muistoksi. Menetelmän tavoitteena on nähdä hyviä puolia toisissa ja uskaltaa näyttää ne. Menetelmä tukee toisten hyväksymistä sellaisena kuin he ovat.

4.3 Arviointi ja palaute

Arviointia ja palautteen keruuta toteutimme jatkuvasti opinnäytetyönprosessin aikana. Pidimme keskenämme säännöllisesti arviointikeskusteluja ja pohdimme sitä, mitä olemme tehneet ja mitä on vielä tekemättä. Ideoimme kyselylomaketta, josta saisimme palautetta käyttämistämme menetelmistä. Kyselylomaketta oli tarkoitus soveltaa lapsille suullisesti ja visuaalisesti. Sovimme, että hyödynnämme ja kehitämme kyselyitä tilanteiden vaatimalla tavalla. Kyselyiden kautta halusimme saada perheiden ja ammattilaisten mielipiteitä myös oppaasta. Halusimme testata valmiita menetelmiä sekä lähes valmista opasta. Halusimme saada palautteen kautta tietoa paitsi menetelmien sopivuudesta alle kouluikäisille lapsille huomioiden lasten yksilöllisyyden, mutta myös mahdollisia kehittämisideoita sekä aikuisilta että lapsilta.

Ohjatessamme menetelmien käyttöä kysyimme palautetta kirjallisesti aikuisilta. Lapsilta kysyimme palautetta suullisesti, peukalopalautetta apuna käyttäen sekä tekemällä kuvataulukon, jossa on kuva jokaisesta menetelmästä. Lapsi sai laittaa joko hymy- tai surunaaman taulukkoon. Palautteen kerääminen ja saaminen lapsilta oli haastavaa. Aluksi kokeilimme, että lapset antaisivat palautetta suullisen ryhmähaastattelun kautta, mutta se onnistui lähinnä isompien lasten kanssa. Kuvataulukko toteutettiin alle 3-vuotiaiden lasten kanssa, joten kyseinen palautteen antotapa ei ole tarkka.

Tunnetaitopaja menetelmäoppaan arvioinnissa

Ohjasimme maaliskuussa Kuopion Perheentalolla tunnetaitopajaa jossa hyödynsimme menetelmäopasta saadaksemme siitä ja sen menetelmistä palautetta. Kaipa-
simme palautetta oppaan menetelmiin. Saimme yhteensä 14 palautetta aikuisilta (kymmeneltä eri aikuiselta), joille olimme luoneet jokaisesta menetelmästä oman palautekyselynsä sekä lapsilta saimme 28 palautetta (kymmeneltä eri lapselta). Lasten keski-ikä oli tunnetaitopajassa 3,5. Lasten yksilöllisyys näkyi tunnetaitoharjoituksissa siten, että osa osasi miettiä ja ilmaista tunnetaitoja sekä perustella omia tunteitaan. Havainnointi oli tärkeä tapa saada tietoa siitä, toimivatko menetelmät lasten näkökulmasta. Totesimme, että menetelmät ovat keskenään tarpeeksi monipuolisia ja toimivat lapsilla hyvin toki iän, kehityksen ja yksilöllisyyden huomioiden.

Aikuisille teimme kirjallisia kyselyitä sekä keskustelimme heidän kanssaan suullisesti. Lapsilta kysyimme palautetta ja mielipiteitä suullisesti, peukalopalautteella, hymiönaamoilla (ilo, suru ja viiva) sekä kiinnittämällä lappuja seinille, johon sai joko piirtää, kirjoittaa tai liimata tarran. Haastetta tuotti väillä se, että pääsääntöisesti lapset, jotka tuokioissamme kävivät, olivat alle 3-vuotiaita ja heiltä palautteen saaminen oli vielä haastavaa. Halusimme kuitenkin aina tarjota mahdollisuuden esimerkiksi erilaisen hymiönaamojen avulla lapselle näyttää, mitä hän tuokioista piti. Vanhemmilta lapsilta pystyimme kysymään enemmän kysymyksiä tuokioista. Kyselyssä on tärkeää, että aiempaa tietoa aiheesta on riittävästi. Päädyimme jakamaan kyselyitä aina sellaisille henkilöille, jotka olivat osallistuneet ohjaamiimme tunnetaitotuokioihin, sillä

he tiesivät mistä on kyse, keitä olemme ja mitä olemme tekemässä. Näin heille oli selvää, mitä tapahtuu ja miksi kyselyitä toteutetaan.

Teimme jokaisesta menetelmästä oman palautekyselynsä aikuisille. Palautekyselyssä kysyttiin neljä eri kysymystä: 1. Onko harjoituksen ohjeistus selkeä ja ymmärrettävää? 2. Soveltuuko harjoitus mielestäsi erilaisten tunteiden opetteluun ja tunnistamiseen arjessa? Jos soveltuu, mitä tilanteita sinulle tulee mieleen? 3. Tukeeko harjoitus mielestäsi lapsen tunnetaitojen kehittymistä, miksi? Kyselyn loppuun sai antaa kehittämisideoita. Ohjasimme jokaista menetelmää aina noin tunnin verran non stop- tyyliä. Paikalla olevien lasten ja aikuisten lukumäärä vaihteli päivän aikana. Tunnetaitopaja toteutettiin avoimen toiminnan yhteydessä, joten palautekysely toimi parhaiten tehokkuutensa ja yksinkertaisuutensa vuoksi.

Yhteinen taideteos- menetelmästä saimme aikuisilta neljä ja lapsilta seitsemän palautetta. Aikuisten mielestä käytetty menetelmä oli hyvä ja toimiva harjoitus tunnetaitojen harjoitteluun. Palautteen perusteella menetelmä oli helppo toteuttaa eri-ikäisille lapsille, sillä jokainen sai piirtää ja tehdä juuri sellaisen taideteoksen, minkä itse halusi. Palautteissa ilmeni, että soveltuu paremmin vanhemmille lapsille. Palautteissa todettiin menetelmän lisäävän ja tukevan osaamisen ja onnistumisen tunnetta, sillä lapselle annettiin vapaat kädet toteuttaa itseään. Yhtenä kehittämisideana palautteen pohjalta syntyi idea, että vanhempien lasten kanssa menetelmään voisi liittää jonkun teeman, esimerkiksi tunteet. Menetelmän arvioitiin lisäävän yhteisöllisyyttä. Lapsilta kerätyn palautteen perusteella he pitivät menetelmästä. Tekemämme havainnoinnin perusteella kaikki lapset alkoivat heti innokkaasti piirtää isolle paperille ja sitä mukaa huomasimme, että menetelmä sopii myös pienille lapsille, vaikkei sen tavoite ehkä tulekaan niin selkeästi esiin. Totesimme sen, että vanhempien lasten kanssa menetelmä toteutui tavoitteellisesti ja oli helposti sovellettavissa. Tunnetaitopajan perusteella yhteinen taideteos on hyvä ja helposti sovellettava menetelmä.

Musiikista erilaisiin tunteisiin- menetelmästä saimme sekä aikuisilta että lapsilta neljä palautetta. Vastanneista suurin osa oli sitä mieltä, että menetelmä oli hyvä ja miellyttävä tunnetaitojen harjoitteluun. Palautteista ilmeni, että musiikin pitää olla keskenään erilaista, jotta lasten on helpompaa erottaa ne ja eläytyä niiden mukaisesti. Havaintojemme perusteella totesimme, että pienten lasten kanssa eläytyminen voi olla

vielä haastavaa, mutta vanhempien lasten kohdalla menetelmä sopi hyvin energian purkamiseen. Lapsilta tuli palautetta lähinnä tarrojen muodossa. Havainnoinnin perusteella vanhempien lasten oli helpompi eläytyä ja he uskalsivat rohkeammin näyttää eri tunnetiloja. Pienemmät lapset saattoivat vierastaa tilannetta ja viihtyivät mielelliten aikuisen sylissä.

Kolmantena menetelmänä ohjasimme tunnetaitoloruja, josta saimme aikuisilta viisi palautetta ja lapsilta kuusi. Kaikki vastanneet olivat sitä mieltä, että lorut olivat sopivia sekä sopivan mittaisia. Palautteissa oltiin yksimielisiä siitä, että lorut olivat hyvä keino käsitellä tunteita lapsen kanssa arjen tilanteissa ja että tunnekortit toimivat siinä hyvin tukena. Aikuiset antoivat palautetta, että lapset rakastavat yleensä loruja ja niihin on helppo keskittyä, joten tämä menetelmä sopii myös pienille lapsille. Lorujen kautta oli hyvä lähteä nimeämään ja tunnistamaan tunteita. Lapsilta tuli palautetta, että lorut olivat kivoja, samoin kuin tunnekortit. Havainnoinnin perusteella menetelmä oli sopivan pituinen ja lapset jaksoivat keskittyä siihen hyvin.

Kokeilimme tunnehippaa kerran, mutta huomasimme, että lapset olivat vielä liian pieniä, sillä tunteiden nimeäminen ja tunnistaminen oli haastavaa. Aikuisilta emme saaneet palautetta ja lapsien kohdalla palautteen saaminen oli haastavaa. Tunnekortin ja sanan yhdistämisestä saimme palautetta yhdeltä aikuiselta ja kahdelta lapselta. Lapset sanoivat, että kortin ja sanan yhdistäminen oli helppoa ja keskustelimme siitä, että menetelmään ei ole olemassa oikeaa tai väärää vastausta. Lapset olivat yli esikouluikäisiä, joten menetelmä toimi hyvin ja tuki tunteiden tunnistamista sekä nimeämistä. Aikuinen, jolta saimme palautetta, oli vakuuttunut ja kehui menetelmän toimivuutta ja mielekkyyttä.

Tunnetaitopaja oli meille antoisa päivä, sillä olimme valinneet hyviä ja keskenään tarpeeksi erilaisia tunnetaitomenetelmiä. Totesimme, että menetelmät sopivat myös hyvin eri-ikäisille lapsille. Päivän aikana keksimme, että menetelmät merkitään liikennevaloväreillä oppaaseen. Liikennevalovärien ideana on, että aikuinen tietää, mistä lapsen kanssa kannattaa lähteä liikkeelle. Vihreässä menetelmässä harjoitellaan tunteiden nimeämistä ja tunnistamista satujen ja lorujen muodossa. Keltainen menetelmä on keskivaikea eli on hyvä osata nimetä ja tunnistaa tunteita. Esimerkiksi tunnehippa sekä rentoutusharjoitus valikoituivat oppaassa keltaisiksi menetelmiksi. Punai-

sessä menetelmässä edetään pidemmälle tunteiden harjoittelussa ja se soveltuu isommille lapsille esimerkkinä kerro hyvää itsestä- ja ystävyyskäden menetelmät. Emme tarkoituksella laittaneet ikäsuosituksia menetelmiin, vaan koimme liikennevalot mielekkäimmiksi ja toimivimmiksi oppaaseemme. Jokainen lapsi on yksilö ja kehittyy omaan tahtiinsa, joten päädyimme siihen, että ikäjaottelu ei toimi tässä yhteydessä.

Palaute menetelmäoppaasta päiväkodista

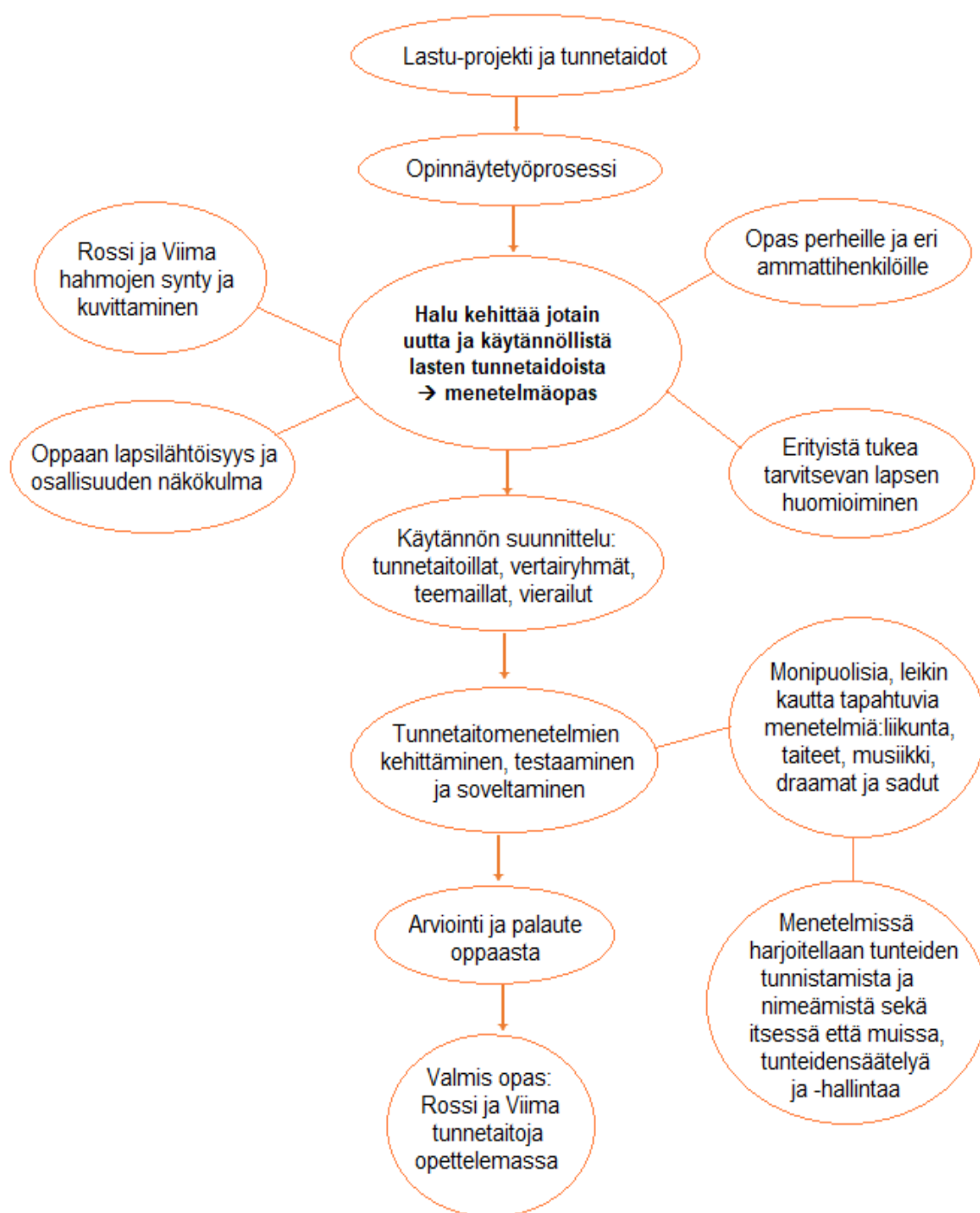
Kävimme maaliskuussa päiväkodissa ohjaamassa tunnetaitoja esikouluryhmälle. Tuokio pidettiin kolmelle pienelle ryhmälle. Käytetyt menetelmät olivat tunnekortit, tunnekortit sekä sanan yhdistäminen ja rentoutus. Tuokioista jäi onnistunut olo ja lopuksi kysyimme lapsilta palautetta. Satua keuhuttiin ja lapset toivoivat, että tulisimme uudestaan vierailulle päiväkotiin. Lapset jaksoivat keskittyä hyvin tehtäviin ja huomasimme, kuinka moni halusi aidosti kertoa tilanteita, joissa on tuntenut eri tunteita. Lapset olivat innoissaan tunnekorteista ja mielellään näyttivät itse omilla kasvoillaan ja kehollaan eri tunteita. Päiväkodin henkilökunta oli tyytyväinen tuokioihimme ja kehuivat tuokion sisältöä. Olimme itse hyvin tyytyväisiä ja totesimme, että esikouluikäisille menetelmäoppaassamme on paljon toimivia menetelmiä. Oli hieno tilaisuus päästä kokeilemaan tunnetaitoja päiväkotiympäristössä ja huomata, että ne toimivat siellä hyvin.

Palaute Rossi ja Viima tunnetaitoja opettelemassa-oppaasta Perheentalolta

Rossi ja Viima tunnetaitoja opettelemassa-oppaan ollessa melkein valmis toivoimme saavamme siitä mielipiteitä sekä kehittämisideoita Kuopion Perheentalon ohjaajilta ja kävijöiltä sekä muutamilta tuttaviltamme. Saimme kirjallisia palautteita yhteensä viisi kappaletta. Kysyimme palautelomakkeessa neljä eri kysymystä ja viidenteen sai lisätä vapaavalintaisesti omia kehittämis ehdotuksia ja kommentteja. Kysymykset olivat: 1. Miltä opas vaikutti kokonaisuutena? 2. Onko sinulla kokemusta tunnetaidoista? 3. Miltä menetelmät vaikuttivat? 4. Mitä mieltä olit tunnekorteista?

Yhteenvetona saimme menetelmäoppaastamme pääosin positiivista palautetta. Kokonaiskuvaa keuhuttiin selkeäksi ja toimivaksi sekä ymmärrettäväksi heille, joilla ei ole aikaisempaa kokemusta tunnetaidoista. Kuvaohjeistukset ja tukiviittomat koettiin tar-

keiksi. Palautteissa nousi esille, että opas soveltuu kaikille lapsiperheille. Suurimmalla osalla vastaajista ei aiemmin ollut kokemusta tunnetaidoista, joten koimme hyväksi saada palautetta heidän näkökulmastaan. Oppaan monipuolista sisältöä keuhuttiin. Hahmoista tuli myös paljon hyvää palautetta. Tunnekorteista kilpikonna Rossi koettiin alle kouluikäisille sopivammaksi ja samaistuttavammaksi. Useassa vastauksessa tuli palautetta Viima-hirven tummasta, jopa pelottavasta olemuksesta sekä tunteiden vaikea tulkintaisuudesta. Palautteiden saannin jälkeen Viima-hahmoja vaalennettiin ja niistä tehtiin selkeämpiä. Kommenteista ilmeni, että opasta voi soveltaa niin ammattihenkilö kuin läheinen kotona. Runojen asettelua toivottiin paremmaksi, jotta niitä olisi helpompi rytmittää lapselle lukiessa. Moni palautteen antaja kirjoitti, että voisi käyttää tunnekortteja arjessa ja näkisi niiden helpottavan esimerkiksi päivittäisten kuulumisten kertomista.



Kuvio 2 Menetelmäoppaan kehittäminen opinnäytetyönä

5 POHDINTA

Tässä luvussa pohdimme opinnäytetyöprosessia itsearvioinnin ja kehittämistyön luotettavuuden ja eettisyyden näkökulmasta. Lopuksi käsittelemme jatkokehittämisen ja toimintaehdotuksia opinnäytetyöllemme. Itsearviointia käymme läpi opinnäytetyöprosessin vaiheiden kautta. Luotettavuutta ja eettisyyttä tarkastelimme teorian ja käytännön kautta. Jatkokehittämisen ja toimintaehdotuksissa pohdimme oppaan toimivuuden tutkimista sekä mahdollisesti uusien menetelmien kehittämistä.

5.1 Pohdintaa opinnäytetyöprosessista

Opinnäytetyöprosessin aikana meille tuli useita uusia ideoita ja aiheen rajaaminen osoittautui välillä haastavaksi. Tietoperustan keräämisessä haasteita tuottivat erityiskasvatuksen ja tunne- ja vuorovaikutustaitojen aiheen määrittäminen. Prosessin alkuvaiheessa mietimme, kuinka paljon ja mitä käsitteitä tulee määritellä ja mitkä käsitteet ovat tarpeellisia aiheemme kannalta. Aluksi ajattelimme opinnäytetyömme aiheeksi tunne- ja vuorovaikutustaitoja. Opinnäytetyön tilaajapalaverissa rajasimme aiheeksi tunnetaidot ja niiden kytkeytymistä vuorovaikutustaitoihin käsiteltäisiin yleisellä tasolla, jottei aihe olisi liian laaja. Tästä johtuen huomasimme käytännössä, että ilman vuorovaikutustaitoja tunnetaitojen harjoittelu on haastavaa. Lopulta opinnäytetyömme aiheessa ovat sekä tunnetaidot että vuorovaikutuksen näkökulma vahvasti esillä. Alussa opas oli tarkoitus suunnata erityistä tukea tarvitseville sekä vammaisille lapsille ja heidän perheilleen, joten tietoperustassa oli tarkoitus käsitellä laajasti näitä näkökulmia. Opinnäytetyöprosessin edetessä huomasimme käytännössä, että tunnetaidot ovat tarpeellisia jokaiselle lapselle. Tunnetaitotuokioissa kävi paljon lapsia, joilla ei ollut erityisen tuen tarvetta, joten päädyimme kehittämään oppaan kaikille lapsille ja heidän perheilleen.

Aiheen rajaamisen jälkeen meille tuotti haasteita kohderyhmän ikä. Aluksi olimme siitä mieltä, että kohderyhmämme ovat 3-6-vuotiaat lapset. Alle 2-vuotiailla ei välttämättä tunnetaitojen opettelu ole vielä ajankohtaista, sillä heidän kielellinen kehityksensä

ja vuorovaikutuksensa ovat vielä kehittymässä. Etsiessämme aiempaa tietoa tunnetaidoista löysimme niistä lähinnä ala- ja yläkouluihin tuotettua materiaalia, joten halusimme itse paneutua enemmän alle kouluikäisten lasten tunnetaitoihin. Olimme kokeilleet suurinta osaa tunnetaitomenetelmistä Kuopion Perheentalolla alle 3-vuotiaiden kanssa ja huomasimme, että myös vauvojen kanssa osa menetelmistä näytti toimivan käytännössä, joten emme halunneet rajata ikää tarkemmin. Koemme, ettei tunnetaitojen harjoittelemisesta ole haittaa lapselle varhaisessakaan vaiheessa, joten lopulliseksi kohderyhmäksi valitsimme alle kouluikäiset lapset.

Käytännön toteutuksessa ja tiedon keräämisessä meille tuotti haasteita menetelmiä ohjatessamme tilojen toimivuus. Avoimessa toiminnassa kävijät saavat liikkua vapaasti eikä siinä ole ryhmätoimintaa. Toimintaan ei kuulu sitoutuneisuutta eikä ilmoittautumisia. Opimme harjoittelun alussa sen, että suunnittelimme huolella tuokiomme ja valitsimme jokaiseen tuokioon aina useamman varasuunnitelman. Välillä kävi niin, että suurin osa lapsista, jotka tuokioihimme osallistuivat, olivat alle 2-vuotiaita. Pääasiassa tutustuimme tunnetaitoihin kilpikonnakorttien ja satujen avulla. Välillä tuokioihin osallistui vanhempia lapsia, joten oli hyvä, että meillä oli heille tarpeeksi mielekkäitä harjoituksia mietittyinä valmiiksi. Lasten osallisuutta, lapsilähtöisyyttä sekä perhelähtöisyyttä edistettiin tuokioissa. Tuokioissa huomioitiin lasten halu toteuttaa menetelmiä, jolloin lapsia kuunneltiin ja heidät huomioitiin. Lapsille ja aikuisille annettiin mahdollisuus vaikuttaa tuokioiden kulkuun ja palautteeseen. Lapset saivat antaa palautetta tuokioista suullisesti tai kuvien avulla. Ohjaustilanteissa jokainen lapsi huomioitiin yksilöllisesti ja jokaiselle annettiin mahdollisuus tulla kuulluksi. Huomasimme, että vaihtuvissa integroiduissa lapsiryhmissä tunnetuokiot tukivat lasten osallisuuden mahdollisuuksia.

Tunneoppaan koontivaiheessa haasteena olivat tekijänoikeusasiat (Liite 10.). Ystävämme kuvittivat Rossi- ja Viima-hahmot ja mietimme tekijänoikeusasioiden ratkaisemista. Selvittelimme asiaa eri tahojen kanssa, kunnes saimme asiaan varmuuden. Varmuuden vuoksi teimme kirjallisen sopimuksen molempien piirtäjien kanssa henkilökohtaisesti Rossi- ja Viima-hahmojen käyttämisestä oppaassamme. Teimme oman lomakkeen sopimuksesta kuvittajien ja meidän välillemme, jossa kuvittajat antoivat meille luvan käyttää kuvia.

Toinen yllättävä haaste oli oppaan sähköisen version luominen. Pohdimme pitkään, millaisella ohjelmalla teemme oppaan sähköiseen muotoon. Huomasimme, että emme voi tehdä opasta salasanojen taakse ja ohjelmalla, joka vaatii sisäänkirjautumista ja salasanoja. Oppaan tulee olla sähköisessä muodossa, joka on helppo avata ja lukea. Jouduimme vaihtamaan oppaamme ohjelmasta toiseen, jotta saimme siitä yhtenäisen ja selkeän kokonaisuuden. Ohjelma, jolla olisimme halunneet tehdä oppaan, paljastui hankalaksi ja monimutkaiseksi käyttää, joten jouduimme vaihtamaan viime hetkellä oppaan Word-ohjelmaan selkeään ja yhtenäiseen muotoon.

Kokonaisuudessaan opinnäytetyöprosessimme on onnistunut ja olemme siihen tyytyväisiä. Olemme kasvaneet prosessin aikana tunnetaitojen asiantuntijoiksi ja kehittyneet ammatillisesti paljon. Olemme saaneet palautetta siitä, että meistä huokuu aito kiinnostus ja ammattitaito. Asettamamme tavoitteet oppaalle toteutuivat mielestämme kiitettävästi ja oppaasta tuli sellainen, jota on helppo hyödyntää käytännössä ja jolle on ollut paljon kysyntää. Olemme olleet tyytyväisiä tiedonhankinnassa käytettäviin menetelmiimme. Niiden kautta saimme tietoa, jota tarvitsimme ja joista oli meille hyötyä. Yhteistyö ja työnjako meidän opinnäytetyöntekijöiden välillä sujuivat ongelmitta koko kevään, sillä olemme molemmat yhteistyökykyisiä sekä oma-aloitteisia. Työnjakomme oli selkeä ja pidimme säännöllisesti hetkiä, joissa keräännymme kokoamaan ajatuksiamme ja katsomaan, missä vaiheessa prosessia mennään. Prosessin aikana saimme käännettyä haasteet vahvuuksiksi ja kokonaisuudesta tuli ehyt, kattava ja johdonmukainen.

5.2 Kehittämistyön luotettavuus ja eettisyys

Opinnäytetyössämme olemme tarkastelleet luotettavuutta laadullisen tutkimuksen kriteereiden perusteella, kuten uskottavuus sekä siirrettävyys. Uskottavuudessa on tärkeää, että tulokset ovat niin selkeästi esillä, että lukija ymmärtää, mistä on kyse. Meidän tavoitteemme on tuoda näkyville kävijöiden tuomat ehdotukset ja kehittämisideat menetelmiä ja opasta varten ja miten ne on valmiissa oppaassa huomioitu. Siirrettävyydessä on tärkeää, että kohderyhmä on valittu huolella ja tiedonkeruu on kuvattu tarpeeksi tarkasti. Me saavutimme kohderyhmää niin, että markkinoimme sosiaali-

sessä mediassa sekä Perheentalolla, mitä olemme tekemässä, miksi ja kenelle, joten saimme kohdennettua tuokioihimme oikeaan kohderyhmään sopivia lapsia ja perheitä. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa on tiettyjä arviointikriteereitä ja vaiheita, joita olemme käyttäneet prosessimme aikana tarkastellaksemme tiedonkeruumenetelmämme luotettavuutta. Ensimmäisessä vaiheessa tarkastelimme tutkimuksemme tarkoitusta, eli mihin tutkimuksella pyritään. Sen jälkeen mietimme asetelmaa, eli mitkä tiedonkeruumenetelmät sopisivat parhaiten ja mistä hyötyisimme eniten saadaksemme riittävästi tietoa. Sen jälkeen mietimme, miten saamme kävijöitä paikalle ja tämän vaiheen jälkeen kävimme analyysin ja tulinnan kautta tulokset yksityiskohtaisesti läpi. Lopuksi mietimme tutkimuksen eettisyyttä sekä sitä, mitä tulokset meille antoivat ja mitä niistä hyödyimme. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2009, 164–165.) Tämän prosessin avulla pystyimme arvioimaan sitä, mitä missäkin vaiheessa on tehty ja ovatko saamamme tulokset luotettavia. Koemme, että saimme tarvittavia yleisiä sekä täsmällisempiä tietoja kehittämistyöhömme.

Eettisyyden huomioiminen tutkimusta tehdessä on oleellista. Tutkijoiden tulee noudattaa eettisiä ohjeistuksia ja sääntöjä, jotka liittyvät prosessiin. Huomioimme eettisistä säädöksistä rehellisyyden: kerroimme aineistoa kerätessämme kävijöille selkeästi, mitä teemme ja miksi. Huomioimme tutkimusta tehdessämme myös älyllisen sekä tunnollisuuden vaatimuksen, eli perehdyimme aiheeseemme ja siihen, miten tutkimus tulisi oikeaoppisesti toteuttaa. Tutkimusta tehdessämme varmistimme sen, että ympäristö on turvallinen eikä aiheuta vaaraa osallistujille. Kunnioitimme ihmisarvoa varmistamalla, ettei tutkimuksemme loukkaa ketään ja että se kunnioittaa tasa-arvoa. Kerroimme kävijöille, mistä tutkimuksessa on kyse ja kerroimme olevamme vaitiolovelvollisia henkilötiedoista. Huomioimme tutkimuksessa oman ammatillisuutemme sekä ammatinharjoituksen edistämisen alallamme. Koska tutkimuksessamme oli mukana pieniä lapsia, oli tärkeää edetä lapsilähtöisesti ja toteuttaa tutkimusta lasten ehdoilla. Tuokioissa mukana olivat aina lasten vanhemmat ja he olivat tietoisia siitä, mitä tapahtuu. Teimme tilanteesta mukavan ja samanlaisen tuokion kuin muulloinkin, jottei lapsilla olisi epämunava olo. Eettiset säädökset toteutuivat hyvin tutkimuksemme. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2009, 172.)

5.3 Jatkokehittämis- ja toimintaehdotukset

Opinnäytetyössämme esiin tulleita jatkotoimenpide-ehdotuksia (vaihe 4) käymme läpi tässä luvussa (Kuvio 1). Jatkossa opinnäytetyötämme voidaan hyödyntää monissa erilaisissa toiminnoissa. Olimme suunnitelleet aiemmin Rossista ja Viimasta tunnetaitolautapelin ja ajattelimme, että mahdollisesti sitä voisi lähteä jatkokehittämään. Yritimme kehittää peliä oppaaseen mukaan, mutta aika ei enää siihen riittänyt, joten jouduimme sen tällä kertaa jättämään pois. Lautapeli, jota ajattelimme oppaaseen, olisi toiminut siten, että pelilaudalla on neljä erilaista tunnetta: ilo, suru, viha ja pelko. Pelissä voisi hyödyntää näitä neljää tunnetta, koska ne kuuluvat perustunteisiin ja lasten on helppoa harjoitella niiden kautta tunnetaitoja. Pelissä pitäisi edetä palloaskeleita pitkin. Palloille voisi antaa erilaisia tunnetehtäviä. Tunnelautapeli olisi yhteisöllinen menetelmä, jossa kiteytyisi tunneharjoittelun ydin ja se olisi mukava tapa harjoitella tunnetaitoja.

Yhtenä ideana Kuopion Perheentalon kävijöiltä tuli mobiilisovellus liittyen tunnetaitoihin. Mobiilisovelluksessa voisi harjoitella ja tehdä esimerkiksi tabletilla erilaisia tunnetaitoharjoituksia. Nykyään sosiaalinen media ja teknologia ovat pinnalla, joten mobiilisovelluksen avulla lapsien mielenkiinnon voisi saada herätettyä tunnetaitoihin. Harkitsimme ehdotusta ja meidän mielestämme se voisi olla hyvin toimiva. Ajanpuutteen vuoksi kuitenkin emme sitä opinnäytetyöhömmme ottaneet, sillä aiheeseen tutustumiseen ja perehtymiseen olisi mennyt paljon aikaa. Jatkokehityksenä sovellus voisi olla toimiva ratkaisu esimerkiksi esikoululaisille tunnetaitojen harjoitteluun.

Oppaan nykyisten menetelmien toimivuutta voisi tarkemmin tutkia ja kokeilla eri tahojen toiminnassa. Tällöin voisi tulla lisää näkökulmia, joita oppaassa voisi huomioida. Oppaan menetelmiä on kokeiltu lähinnä Kuopion Perheentalon pop-up- toiminnassa. Uskomme, että oppaasta voi olla hyötyä myös monille muille tahoille, esimerkiksi lastensuojelussa, kouluissa, päiväkodeissa tai kerhotoiminnoissa. Opas on otettu hyvin vastaan ja sen tarpeellisuus on todentunut useita kertoja opinnäytetyöprosessin aikana.

LÄHTEET

- Asko, Kaija 2013. Erityispedagogisten menetelmien hyödyntäminen lastensuojelutyössä. Lahden ammattikorkeakoulu. Ammattikorkeakoulun perustutkinnon opinnäytetyö. Viitattu 22.2.2018. http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/66980/Kaija_Asko.pdf;jsessionid=4F8C98BFC9CCBB1BD6E0AF2F4DA60532?sequence=2
- Auvinen, Tiina & Kauppila, Anielka & Pyhtinen, Sofia 2011. Perhelähtöinen varhaiskasvatus osana lapsen kuntoutusta vanhempien kokemana. Oulun Seudun Ammattikorkeakoulu. Ammattikorkeakoulun perustutkinnon opinnäytetyö. Viitattu 9.4.2018. <http://www.vlkunto.fi/tutkimus/2007-11/AuvinenPyhtinenKauppila.pdf>
- Del`Antonia, Kj 2016. The New York Times. Teaching your child emotional agility. Viitattu 3.5.2018. <https://www.nytimes.com/2016/10/04/well/family/teaching-your-child-emotional-agility.html>
- Erityiskasvatus 2018. Viitattu 18.2.2018. <https://erityiskasvatus.files.wordpress.com/2015/01/kc3a4site.jpg>
- Finlex 2015. Laki lasten päivähoidosta annetun lain muuttamisesta 580/2015. Viitattu 29.4.2018: <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2015/20150580>.
- Finlex 2014. Yhdenvertaisuuslaki 1325/2014. Viitattu 1.5.2018. <http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2014/20141325>
- Heikkinen L.T., Rovio E. & Kiilakoski T. 2008. Toimintatutkimus prosessina. Teoksessa: Heikkinen L.T., Rovio E. & Syrjälä L. (toim.) 2008. Toiminnasta tietoon. Toimintatutkimuksen menetelmät ja lähestymistavat. Kansanvalistusseura. Hansaprint Direct Oy. Helsinki.
- Heikkinen L.T., Kontinen T. & Häkkinen P. 2008a. Toiminnan tutkimisen suuntaukset. Teoksessa: Heikkinen L.T., Rovio E. & Syrjälä L. (toim.) 2008. Toiminnasta tietoon. Toimintatutkimuksen menetelmät ja lähestymistavat. Kansanvalistusseura. Hansaprint Direct Oy. Helsinki.
- Hujala, Anne toimitettu 2011. Erityistä tukea tarvitseva lapsi on ensisijaisesti lasi. Lapsen oikeudet osaksi vammaispolitiikkaa. Viitattu 1.4.2018. http://lapsiasia.fi/wp-content/uploads/2015/04/erityistuki_lapsi.pdf

Humanistinen ammattikorkeakoulu 2018. Yhteisöpedagogin työ on ihmisläheistä. Viitattu 9.4.2018. <https://www.humak.fi/opiskelijaksi/yhteisopedagogi/>

Kaartinen, Kirsti 2015. Lapsilähtöisyys varhaiskasvatuksessa. "Hei hoitotäti, minä en oo ihminen, minä oon poika!" Vaasan ammattikorkeakoulu. Ammattikorkeakoulun perustutkinnon opinnäytetyö. Viitattu 2.4.2018. http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/101079/Kirsti_Kaartinen.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Kankkunen, Päivi & Vehviläinen-Julkunen Katri 2009. Tutkimus hoitotieteessä.1.-2. Painos, 2010. Helsinki: WSOY pro Oy.

Kauppala, Katariina 2017. Tunteiden vallasta, valta tunteisiin. Varhaisen vuorovaikutuksen ja tunnetaitojen merkitys psykologien näkemysten mukaan. Laurea ammattikorkeakoulu. Ammattikorkeakoulun perustutkinnon opinnäytetyö. Viitattu 29.3.2018. https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/136812/kauppala_katariina.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Kauppila A. Reijo 2006. Vuorovaikutus- ja sosiaaliset taidot. 2. Painos. Juva: WS Bookwell Oy.

Keltikangas-Järvinen, Liisa 2012. Pienen lapsen sosiaalisuus. Helsinki: WSOY.

Kronqvist & Pulkkinen 2007. Kehityopsykologia. Matkalla muutokseen. Helsinki: WSOY oppimateriaalit.

Mieli 2018. Suomen mielenterveysseura. Tunnetaitojen perusteet. Viitattu 22.2.2018. <https://www.mielenterveysseura.fi/fi/mielenterveys/itsetuntemus/tunnetaidot/tunnetaitojen-perusteet>

Määttä, Paula & Rantala, Anja 2010. Tavallisen erityinen lapsi. Juva: PS-kustannus.

Ojanen & Anttila & Lähdesmäki & Oksala & Paavilainen 2004. Persoona. Persoonallisuuspsykologia. 1.painos. Helsinki: Edita Prima Oy.

Ojasalo, Katri & Moilanen, Teemu & Ritalahti, Jarmo 2015. Kehittämistyön menetelmät. Uudenlaista osaamista liiketoimintaan. 3.-4. painos. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

Opetushallitus 2013. Tunteesta tunteeseen. Viitattu 22.2.2018. http://www.edu.fi/tunteesta_tunteeseen/tunnetaitoja_oppii_harjoittelemalla

Peltonen, Anne & Kullberg-Piilola Tarja 2005. TUNNEMUKSU. Tunnetaitoja perheille ja kasvattajille. Helsinki: Lasten keskus.

Perheentalo 2018. Hankkeet. Kuopion Perheentalon toimintaa toteutetaan kolmen eri hankkeen voimin. Viitattu 22.2.2018. <https://www.kuopionperheentalo.fi/hankkeet/>

Pihlaja, Päivi & Viitala, Riitta 2004. Erityiskasvatus varhaislapsuudessa. Porvoo: WSOYpro.

Saaranen- Kauppinen, Anita & Puusniekka, Anna 2006. KvaliMOTV- Menetelmäopetuksen tietovaranto. Osallistuva havainnointi. Viitattu 18.4.2018. http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L6_4_2.html

Saarijärvi, Simo & Salminen, Jouko K. & Äärelä, Erkki 2016. DUODECIM Aikakauskirja. Tunnistamattomat tunteet. Viitattu 2.5.2018. <http://www.duodecimlehti.fi/lehti/2006/11/duo95773>

Saari, Mikael & Kokkonen, Marja 2003. Tunneäly. Kohti kokonaista elämää. Juva: WS Bookwell Oy.

Savon Vammaisasuntosäätiö 2018. Viitattu 29.4.2018. www.savas.fi

Suomalainen, Tiina 2018. Kylmä ja tunteeton. Tehy 4/2018, 37–38.

Terveystieteiden tutkimuskeskus 2016. Lapsen osallisuus. Viitattu 3.4.2018. <https://thl.fi/fi/web/lastensuojelun-kasikirja/tyoprosessi/lasten-osallisuus>

Tilastokeskus 2017. Käsitteet ja määritelmät. Viitattu 22.2.2018. <https://www.stat.fi/til/erop/kas.html>

Työkalupakki.net 2018. Aivoriihi. Viitattu 10.4.2018. <http://www.tyokalupakki.net/pages/index.php?id=83&pid=4>

Väestöliitto 2018. Tunnetaidot. Viitattu 10.4.2018. http://www.vaestoliitto.fi/vanhemmuus/tietoa_vanhemmille/pienten_lasten_vanhemmat/lapsijaseksuaalisuus/seksuaalikasvatuksen_paakohdat/kehotunnekasvatus/tunnetaidot/

Ympyräiset 2017. Tunnetaitoja voi oppia kaikenikäisinä. Viitattu 26.4.2018.
<https://ympyraiset.fi/>

LIITTEET

LIITE 1. Rossi ja Viima tunnetaitoja opettelemassa- menetelmäopas alle kouluikäisten lasten tunnetaitojen harjoittamiseksi



SISÄLLYS

JOHDANTO	3
ROSSIN JA VIIMAN ESITTELY	4
LIIKENNEVALOYÄRIT TUNNETAIDOISSA	5
MITÄ TUNTEET OVAT?	6
TUNNETAIDOT	7
TUNNETAITOJEN HARJOITTELU LAPSEN KANSSA	8
TUNNETAITOLORUT	9
ILOLORU	10
SURULORU	11
VIHALORU	12
PELKOLORU	13
TUNNETARINA TUKIVIITTOMIN	14
KADONNUT PEHMOLELU	15
ROSSI JA VIIMA SEIKKAILEE- NUKKETEATTERI	18
ROSSIN JA VIIMAN RENTOUTUSHARJOITUS	27
TUNNETARINA NÄYTTELEMÄLLÄ	29
-KADONNUT PEHMOLELU	29
TUNNEHIPPA	30
MUSIIKISTA ERILAIISIIN TUNTEISIIN	31
HYVÄN JA HUONON YSTÄVYYDEN KÄDET	32
KERRO HYVÄÄ TOISESTA	34
KERRO HYVÄÄ ITSESTÄSI	36
YHTEINEN TAIDETEOS	37
YHDISTÄ SANA OIKEAAN TUNNEKORTTIIN	38
TUNNESANAT	39
ROSSI JA VIIMA TUNNEKORTIT	40
ROSSI TUNNEKORTIT	41
VIIMA TUNNEKORTIT	44
LÄHTEET	47

JOHDANTO

Rossi ja Viima tunnetaitoja opettelemassa- tunnetaito-oppaaseen on koottu tunnetaitoharjoituksia alle kouluikäisille lapsille. Tarkoituksena on, että perheet voisivat käyttää opasta arjessa ja eri ammattihenkilöt omassa työssään. Oppaassa esitellään 13 erilaista tunnetaitoharjoitusta ja harjoitusten avulla lapsen kanssa voi harjoitella tunteiden tunnistamista, nimeämistä ja ilmaisemista itsessä ja muissa. Lisäksi oppaassa esitellään menetelmiä tunteiden säätelyyn ja -hallitsemiseen liittyen. Oppaassa olevia menetelmiä on kokeiltu Kuopion Perheentalolla sekä avoimessa että suljetussa toiminnassa ja sen mukaan menetelmiä on koottu oppaaseen.



ROSSIN JA VIIMAN ESITTELY

Heippa!

Olen Rossi, 4-vuotias kilpikonnän poikanen. Luonteeltani olen ystävällinen, leikkisä ja iloinen. Lempipuuhaani on leikkiä yhdessä ystäväni Viima-hirven kanssa. Lempiruokani on salaatti ja spagetti. On kiva saada sinut mukaan opettelemaan kanssamme tunteita!

Heippa!

Olen Viima, 5-vuotias hirven vasa. Luonteeltani olen hieman ujo, mutta vähän ajan päästä aina rohkaistun ja minusta tulee hyvin puhelias. Rakastan leikkiä hippaleikkejä yhdessä ystäväni Rossi-kilpikonnän kanssa. Lempiruokani on ehdottomasti tortillat. Olen iloinen, että tulet mukaan harjoittelemaan kanssamme tunteita!

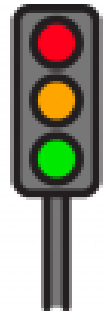


© Hanna Kemppi 2018



© Eveliina Harju 2018

LIIKENNEVALOVÄRIT TUNNETAIDOISSA



- Löydät jokaisen menetelmän otsikon vierestä joko vihreän, keltaisen tai punaisen pallon. Värit kertovat tunnetaitomenetelmän haastavuustasosta
- **VIHREÄ:** Vihreässä menetelmässä harjoitellaan tunnetaitojen perusteita. Menetelmä sopii myös pienemmille.
- **KELTAINEN:** Keltainen menetelmä on keskivaikea, jossa käydään jo hieman perusteita syvemmin tunnetaitoja
- **PUNAINEN:** Punainen tunnetaitomenetelmä vaatii jo tunnetaitojen perusteiden hallintaa ja niissä syvennyttään enemmän keskusteluun ja pohtimiseen

Kuva: Papunet 2018.

MITÄ TUNTEET OVAT?

- Lapsen kasvuun ja kehitykseen kuuluu erilaisia tunteita, jotka voivat olla välillä voimakkaita
- Tunnetilat voivat vaihdella nopeasti tunteesta toiseen
- Tunteet voivat vaikuttaa lapsen käyttäytymiseen
- Tunteita on useita. Perustunteita ovat: ilo, suru, pelko, viha, inho ja hämmästyks
- Tunteet ovat mukana kaikessa toiminnassa
- Tunteet voivat esiintyä fyysisinä tuntemuksina. Esimerkiksi jännitys voi tuntua vatsanpohjassa

Lähde: Opetushallitus 2013.



TUNNETAIDOT

- Lapsen kasvun keskeinen tavoite on oppia tunnistamaan ja jäsentämään tunteita
- Lapsen tunnetaitojen tukeminen perustuu tunteiden tunnistamiseen, nimeämiseen ja hyväksytyn ilmaisutavan opettamiseen lapselle
- Tunnetaitoja harjoitellessa on tärkeää, että aikuinen itsekin näyttää ja sanoittaa erilaisissa tilanteissa tulevia tunteita lapselle ja miten niiden kanssa selvitään
- On hyvä muistaa ettei ole olemassa kiellettyjä tai sallittuja, oikeita tai vääriä tunteita ja siihen on suhtauduttava kunnioitettavasti
- Tunteiden säätelyssä lapsi kykenee ilmaisemaan tunteitaan turvallisessa ja hyvässä vuorovaikutuksessa
- Lapsi elää tunteitaan kokonaisvaltaisesti ja tällöin leikillä on suuri merkitys tunteiden säätelyssä. Leikin kautta lapsi voi käsitellä uusia ja vaikeitakin tunteita sekä empatiakyky kehittyy

Lähde: Haapsalo & Kirkkopelto 2013, 1



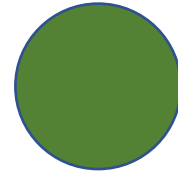
TUNNETAITOJEN HARJOITTELU LAPSEN KANSSA

Ensin lapsen kanssa opetellaan tunnistamaan erilaisia tunteita; tunteille annetaan nimiä. Tämän jälkeen lasta ohjataan tunnistamaan paitsi omia tunteitaan, mutta myös hänen kanssaan vuorovaikutuksessa olevien ihmisten tunteita; mietitään yhdessä, miten ja missä tunteet tuntuvat ja mistä syntyvät. Tunteiden nimeämisen ja tunnistamisen jälkeen lapsen kanssa voidaan aloittaa tunteiden hallinnan ja säätelyn harjoittelu. Tunteita ei saa tukahduttaa, vaan niitä on lupa tuntea ja näyttää!

Lähde: Opetushallitus 2018.



TUNNETAITOLORUT



TAVOITE JA TARKOITUS

Tunnetaitolorujen tavoitteena on auttaa lasta nimeämään ja tunnistamaan tunteita sekä tukea lapsen kielellistä kehitystä. Tässä menetelmäoppaassa on neljä tunnetaitolorua, jotka käsittelevät iloa, surua, pelkoa ja vihaa. Loruihin voi liittää tueksi erilaisia ilmeitä, eleitä, liikkeitä tai taputuksia oppimisen tueksi. Tarkoituksena on, että lorut voidaan liittää osaksi lasten päivittäisiä rutiineja niin kotona kuin muuallakin. Myöhemmin, kun lapsi on oppinut tunnelorut, voi tunnelorujen avulla, lasta rohkaista ilmaisemaan tunnetilaansa pyytämällä häntä lausumaan tunteeseensa liittyvää lorua.

TARVIKKEET

Tulosta loruihin valmiiksi Rossi- tai Viima- tunnekortit

ILOLORU

*ROSSI HYMYÄ VIIMALLE NÄYTTÄÄ,
HÄN ON OPPINUT MITEN SITÄ KÄYTTÄÄ.
VIIMA HYMYSTÄ ILAHTUU,
KOHTA NAURAA KUMPIKIN SUU.
YHDESSÄ KAVERUKSET PÄÄTTÄVÄT JATKAA,
HYVIN ALKANUTTA YHTEISTÄ MATKAA.*



SURULORU

*SURU ON VALLANNUT VIIMAN MIELEN,
SEURAUKSENA VEI KISSAKIN KIELEN.
SURU SAA SUUPIELET ALASPÄIN,
KAIKKI ON AIVAN VÄÄRIN NYT NÄIN.
ONNEKSI ROSSI-YSTÄVÄ LOHDUTTAO,
HÄNELTÄ HALAUKSEN VIIMA NYT SAA.
KOHTA MIELI JO PAREMPI ON,
ONNEKSI ON YSTÄVÄ VERRATON!*



VIHALORU

*ROSSI VIIME YÖNÄ HUONOSTI NUKKUI,
LÄHES AAMUUN ASTI SÄNGYSSÄÄN KUKKUI.
VÄSYMYS ROSSIN VIHAISEKSI SAA,
EI KESKITTYÄ PYSTY KOVIN KIUKUTTA.
KASVOT ROSSILLA PUNAISEKSI MUUTTUU,
KUN HÄN OIKEIN KOVASTI SUUTTUU.
ONNEKSI KOHTA HELPOTTAA,
PÄIVÄUNET KUN HÄN NUKKUA SAA.*



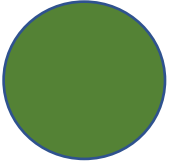
PELKOLORU

*KATOLLA JOKU KOLAHTAA,
PELKO VIIMAN KINTTUIHIN SOLAHTAA.
ÄKKIÄ RYNTÄÄ HÄN ROSSIN LUO,
LOHTUA ROSSI PELKOON KUN TUO.
PELKO VIIMAN PÄÄN PAINUKSIIN VETÄÄ,
VAIKKEI ULKONA NÄYKKÄÄN KETÄÄN.
ONNEKSI VIIMA RAUHOITTUU,
KOHTA ON JO HYMYSSÄ SUU.*



© Eveliina Harju 2018

TUNNETARINA TUKIVIITTOMIN



TAVOITE JA TARKOITUS

Tunnetarinan tavoitteena on, että lapsi saa tarinan avulla opetella tunnistamaan ja näyttämään erilaisia tunteita ja ilmeitä. Tarinan tarkoituksena on, että lapset saisivat eläytyä tarinassa seikkailevan päähahmon mukaan, jotka voi olla Viima-hirvi tai Rossi-kilpikonna. Tarinassa esiintyy kuusi erilaista tunnetta ja idea on, että jokaisen tunteen kohdalla lapset eläytyvät tunteeseen ja näyttävät tunteesta syntyvän ilmeen. Tarinan voi lukea joko Viima-hirven tai Rossi-kilpikonnän näkökulmasta ja tukiviittomat ovat puheen tukena, joita voi käyttää satua lapselle lukiessa. Mukaan tarinaan kannattaa ottaa näkökulman mukaan, joko Viima- tai Rossi- tunnekortit.

KADONNUT PEHMOLELU



On kaunis kevät päivä ja Viima-hirvi tallustelee metsässä



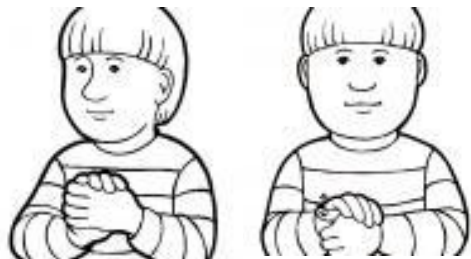
onnellisena. (*Miltä onnellinen näyttää*)

Yhtäkkiä Viima- hirvi kuulee metsässä oudon äänen.



Ääni saa Viima-hirven pelokkaaksi. (*Miltä pelokas näyttää*)

Äänen lähestyessä Viima- hirvi näkee tutun hahmon lähestyvän pikku



hiljaa. Hahmoksi paljastuu hänen ystävänsä Rossi-kilpikonna



ja nähdessään hänet Viima- hirvi riemastuu. (*Miltä riemastunut näyttää*)

Rossi-kilpikonna kertoo Viima-hirvelle, että on hukannut pehmolelunsa.



Sen kuultuaan Viima-hirvi tulee kovin surulliseksi. (*Miltä surullinen näyttää*)



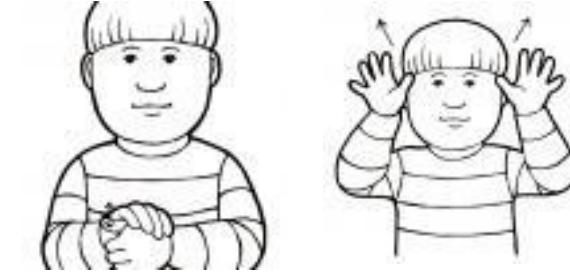
Yhdessä Viima-hirvi ja Rossi-kilpikonna alkavat etsimään pehmolelua. He etsivät sitä kaikkialta metsästä, pensaista, mätäiltä ja kivien päältä, mutta pehmolelua ei löydy. Etsimisestä



Viima-hirvi ja Rossi-kilpikonna ovat tulleet väsyneiksi.

(*Miltä väsynyt näyttää*) Yhtäkkiä Rossi-kilpikonna muistaa, että oli jättänyt pehmolelunsa kiireessä kotiin.

Tyytyväisinä (*Miltä tyytyväinen näyttää*) pehmolelun löytymisestä



ystävykset Rossi-kilpikonna ja Viima- hirvi päättävät lähteä kotiin ja hyvästelevät toisensa.

Viittomakuvat: Papunet 2018.

ROSSI JA VIIMA SEIKKAILEE- NUKKETEATTERI



TAVOITE JA TARKOITUS

Nukketeatteri soveltuu hyvin alla kouluikäisille ja nukketeatterin muodossa on hauskaa ja mukavaa opetella tunnetaitoja.

Nukketeatterissa lapsi pääsee eläytymään ja keskittymään tarinan kulkuun, lapsi hahmottaa paremmin tunteita ja millaisista tilanteista mikäkin tunne voi syntyä.

TARVIKKEET

Voit tulostaa oppaasta löytyvät kuvat nukketeatteria varten ja kiinnittää hahmot grillivarrastikkuun. Kiinnitä muu rekvisiitta liimalla kiinni tulitikkurasiaan, jotta se pysyy tukevana ja pysyvässä. Rekvisiitassa kannattaa huomioida mahdolliset äänitehosteet ja lavasteiden koristeet sekä valaistus. Esityksen alkuun ja loppuun kannattaa ottaa jokin merkkiäänäni esimerkiksi triangeli, jotta lapsi tietää milloin esitys alkaa ja milloin loppuu.

On kaunis kevätpäivä ja aurinko nousee vuorten takaa. Rossilla ja Viimalla on suuri päivä edessään, nimittäin päiväkodin kevätjuhla. Nyt pääset mukaan seuraamaan kaverusten jännittävää päivää, hyppäähän mukaan!

Rossi venyttelee makeasti sängyssään. Tänään on suuri päivä, päiväkodin kevätjuhla. Rossi haluaa heti soittaa ystävälleen Viimalle, sillä Rossi tietää, kuinka Viima jännittää esiintymistä.

Viima: *Viima puhelimessa!*

Rossi: *Hei ystävä, täällä Rossi. Joko sinua jännittää?*

Viima: *Niin paljon, että vatsassa vääntää enkä nukkunutkaan kunnolla. Mitä jos unohdan laulunsanat, Rossi?*

Rossi: *Ei hätää Viima, ystävät ovat sitä varten. Tulen esityksessä viereesi laulamaan, niin jännitys vähenee!*

Pian Rossi juoksi jo koulun portille innosta piukeana odotta-
maan ystäväänsä Viimaa. Yhtäkkiä hän kuuli jonkun itkevän.
Hän riensi koulun pihalle hiekkalaatikon luo. Siellä oli Heikki -
siili ja Liisa - kani, jotka leikkivät hiekkalaatikolla. Heikki oli
vienyt Liisalta lelun kädestä. Liisa itki itkemistään, ja Heikki oli
ihan hiljaa pää painuksissa. Rossi tiesi heti, että hänen tulisi
selvittää tilanne.

Rossi: *Kuules Heikki, sinä taidat tietää, että Liisalla on nyt paha mieli, kun veit häneltä kädestä ämpärin. Muistatkos, miten tässä tilanteessa yleensä toimitaan?*

Heikki tiesi, että hänen olisi hyvä pyytää Liisalta anteeksi. Niinpä hän ojensi Liisalle takaisin ämpärin, halasi häntä kunnolla ja pyysi anteeksi.

Heikki: *Anteeksi Liisa, voidaanko olla taas kavereita?*

Liisa hymyili ja niin asia oli sovittu.

Pian Viimakin jo juoksi mukaan ja ystävykset lähtivät koulun jumppasaliin juhlimaan. Heillä kaikilla oli hienot vaatteet yllään ja tunnelma oli iloinen.

Pian koko luokka kerääntyi laulamaan yleisölle, Rossi ja Viima päätyivät eturiviin. ”Kevät sää lämmittää” raikui ja koko esitys meni hienosti.

Kevätjuhlan jälkeen Rossi oli saanut luvan mennä Viiman luokse ensimmäistä kertaa yökylään. Molempia jännitti hieman, saisivatkohan he nukuttua ensi yönä. Kaikki meni kuitenkin hienosti, kaverukset nukahtivat jännittävän päivän päätteeksi jo heti iltapalan jälkeen ja kaikki oli hyvin.

**Aurinko laski vuorten taakse ja meni sekin nukkumaan. Saa
nähdä mitä seikkailuja huomenna onkaan luvassa.**

Tarvikkeet:

Rossi

Viima

Heikki- siili

Liisa- pupu

Aurinko

Vuori

Koulunportti

Koulu

Hiekkalaatikko

Viiman koti

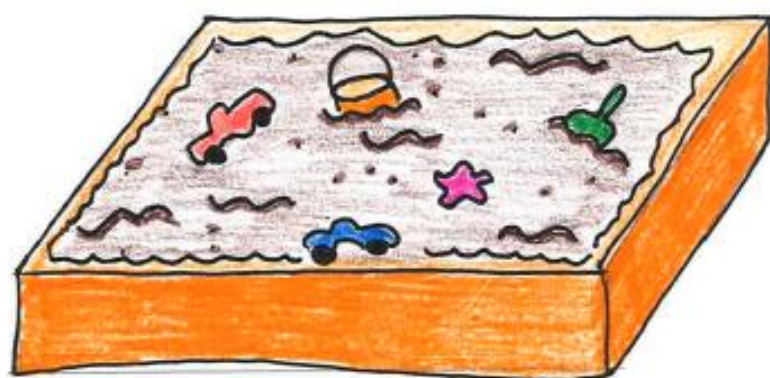
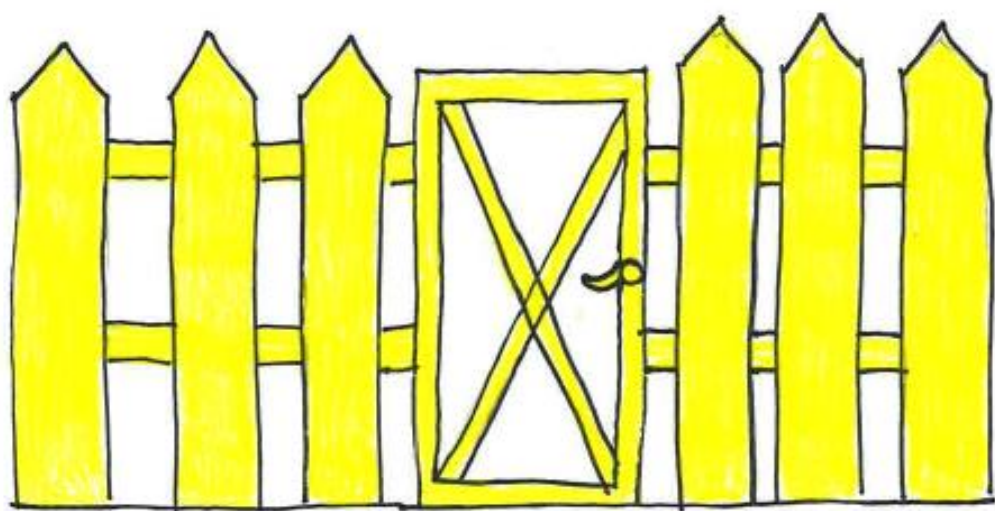


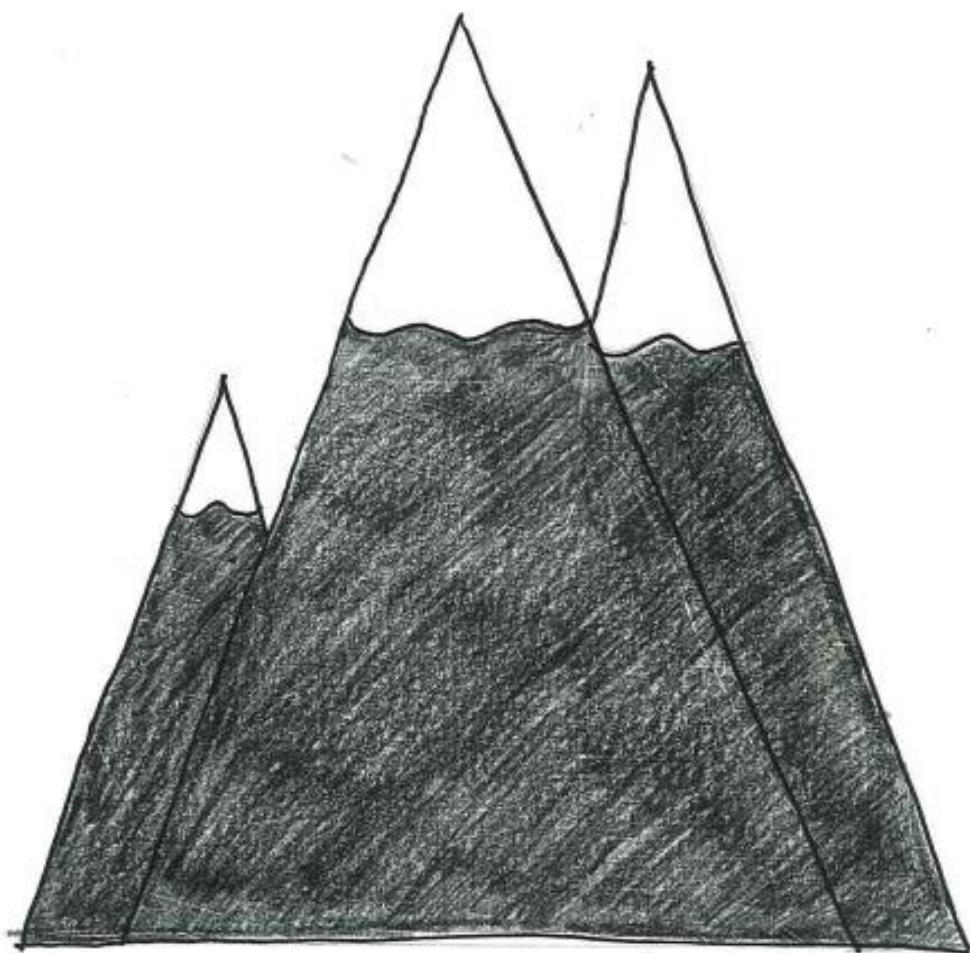
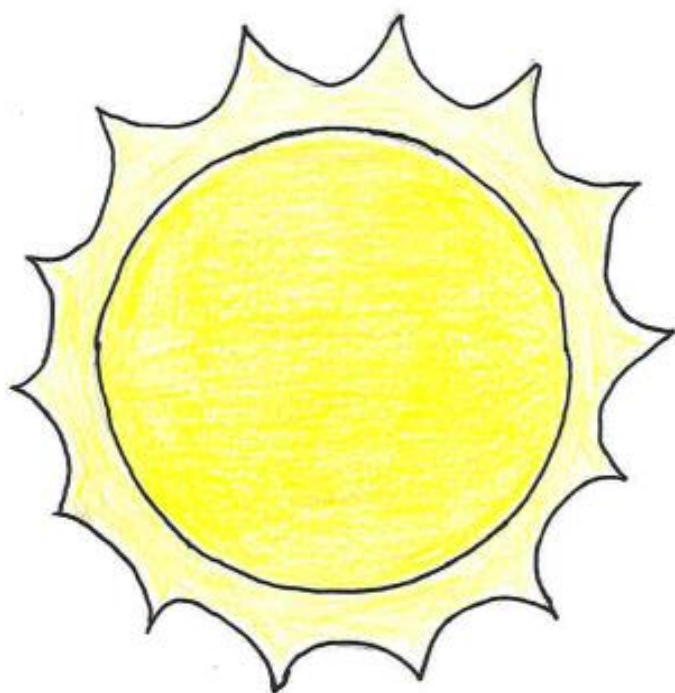
© 2018 Hanna Kemppi

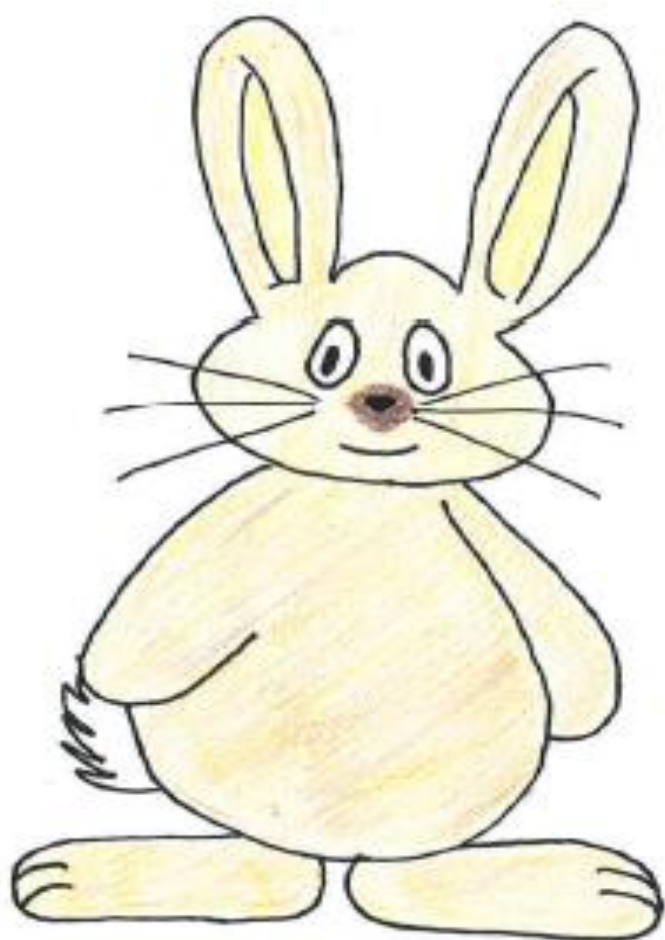


© Eveliina Harju 2018









ROSSIN JA VIIMAN RENTOUTUSHARJOITUS



Rossilla on ollut päiväkodissa juuri jumppatunti, ja jumppatun-
nin päätteeksi lastenhoitaja Jesse pitää lapsille rentoutuksen.
Rossi käy pitkälleen lattialle ja ottaa mukavan asennon. Hän
sulkee silmänsä.

Rossi keskittyy siihen, että hän hengittää rauhallisesti ja hänel-
lä on mukava olla. Hän vaipuu pian kepeään uneen. Unessa
Rossin mukana seikkailee hänen paras ystävänsä Viima-hirvi.
Viimalla on yllään ritaripuku. Unessa Rossi hyppää Viiman sel-
kään ja he lähtevät laukaten kohti hiekkarantaa. Perillä hiekka
tuntuu varpaiden välissä ihanan pehmeältä ja lämpimältä. Au-
ringonsäteet lämmittävät ihoa ja saavat sen hehkumaan. Rossi
ja Viima katsovat toisiaan hymyillen ja ovat onnellisia kesälo-
mapäivästä. He päättävät ottaa yhdessä juoksukilpailun viile-
ään veteen. Ystävykset polskahtavat riemusta kiljuen veteen ja
tuntevat sen virkistävän viileyden ihollaan. Uinnin jälkeen lap-
set istuvat syömään maukkaita eväitä. Maukkaat mansikat
maistuvat hyvältä uinnin jälkeen.

Pian ystävykset huomaavat, että kello on jo paljon. Heidän pi-
tää lähteä omiin koteihinsa. Rossi hyppää taas uljaan Viiman
selkään ja he laukkaavat kotia kohti. Pian Rossi havahtuu
unestaan ja alkaa pikku hiljaa liikutella kehoaan. Hän pyörittää
ensin hieman sormiaan, sitten nilkkoja ja varpaita ja hiljalleen
keinuttelee kehoaan puolelta toiselle. Lopulta hän avaa sil-

mänsä. Vau, mikä uni, hän miettii. Rossi tuntee itsensä rentoutuneeksi ja energiseksi, tästä on hyvä jatkaa päivää!

TUNNETARINA NÄYTTELEMÄL- LÄ -KADONNUT PEHMOLELU



TAVOITE JA TARKOITUS

Tunnetarinaa voi soveltaa myös niin, että jokainen lapsi saa oman roolin tarinasta. Näytelmän tarkoituksena on tukea lapsen keskittymiskykyä, luovuutta eläytyä omaan rooliin ja miettiä tarkemmin oman roolin sekä tunteiden kautta hahmojen ilmeitä ja eleitä. Jokaisessa roolissa, jokainen eläytyy aina niihin kuuteen tunnetilaan, joita tarinassa kuulee.

TARVIKKEET

ROOLEJA:

Viima-hirvi

Rossi-kilpikonna

puunkanto

pensas

kivet

aurinko

puut

LAVASTEET:

hirven sarvet

kilpikonnann kilpi

ruskeat vaatteet

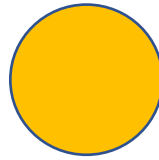
vihreät vaatteet

kiville harmaat vaatteet

keltaiset vaatteet

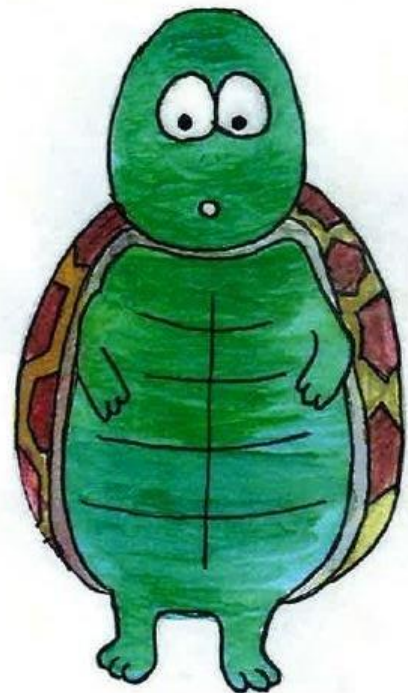
vihreä pipo ja paita sekä ruskeat housut

TUNNEHIPPA

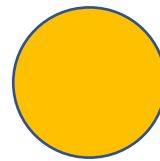


TAVOITE JA TARKOITUS

Tarkoituksena on, että yksi lapsista valitaan hipaksi. Muut lapset juoksevat hippaa karkuun. Aina kun hippa saa jonkun kiinni, tulee hänestä seuraava hippa. Turvaan pääsee, kun menee kyykkyyyn ja sanoo tai näyttää jonkun tunteen. Kyykyssä saa olla maksimissaan viisi sekuntia. Leikki voidaan lopettaa silloin, kun se on lapsista vielä hauskaa ja jokainen on saanut olla halutessaan sekä hippa että juosta karkuun.



MUSIIKISTA ERILAISIIIN TUNTEISIIN



TAVOITE JA TARKOITUS

Tavoitteena on, että lapsi oppii ja saa tunnistaa omia tunteitaan juuri sellaisena kuin ne ovat ja saa myös näyttää niitä. Musiikki on usein helppo tapa tunteiden tunnistamiseen, sillä jokainen saa rauhassa keskittyä omien tunteiden miettimiseen. Harjoituksen ideana on, että soitetaan erilaisia musiikkeja ja jokainen saa liikkua vapaasti tilassa aina sen mukaan miltä musiikki tuntuu. Lapsia voi pyytää näyttämään kasvoilla miltä kyseinen musiikki tuntuu, lapsi voi käyttää eleitä, mitä kyseiseen tunteeseen liittyy. Harjoituksen jälkeen lapsilta voi kysyä kuvakorttien avulla, miltä harjoitus tuntui ja millainen tunne siitä jäi.

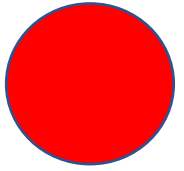


1. Tanssi musiikin tahdissa



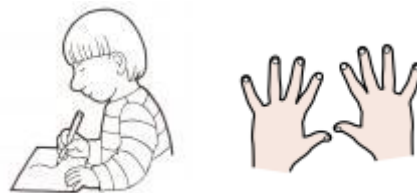
2. Liiku vapaasti musiikin tahdissa tilassa ja voi ilmeillä sekä eleillä näyttää, mitä tunnetta musiikki herättää sinussa

HYVÄN JA HUONON YSTÄVYYDEN KÄDET



TAVOITE JA TARKOITUS

Tavoitteena on, että lapsi miettii tärkeitä asioita ystäväydestä ja samalla tunteita, mitä ystäväydestä herää. Tarkoitus on pohtia lapsen kanssa mitä kuuluu hyvää ystävyteen ja miten itse voisi olla hyvä ystävä. Samalla pohditaan, mitä huonoon ystävyteen kuuluu ja millainen on huono ystävä. Harjoituksessa annetaan lapselle vapaus tulkita hyvää ja huonoa ystävyyttä ja sen mukaan annetaan värittää ja piirtää kädet. Lopuksi käydään aikuisen kanssa keskustelua ystävyyseroista.



1. Valkoiselle A4- paperille piirretään vasen ja oikea käsi



2. Oikea käsi väritetään ystävyysväreillä



3. Oikeaan käteen piirretään tai kirjoitetaan, mitä hyvään ystävyyteen kuuluu



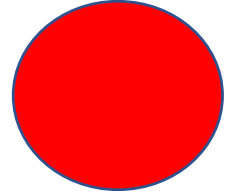
4. Vasen käsi väritetään väreillä, jotka kuuluvat huonoon ystävyyteen



5. Vasempaan käteen piirretään tai kirjoitetaan, mitä kuuluu huonoon ystävyyteen

Kuvat: Papunet 2018

KERRO HYVÄÄ TOISESTA

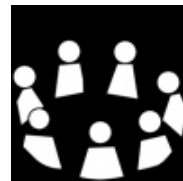


TAVOITE JA TARKOITUS

Tavoitteena on tukea ja kehittää lapsen empatiakykyä ja ajattelua liittyen toisiin ihmisiin, kehitetään sekä tuetaan lapsen suhtautumista muihin ihmisiin ja rohkaistaan lasta näkemään muissa ihmisissä hyviä asioita. Harjoitusta voi hyödyntää esimerkiksi kiusaamistilanteiden käsittelyssä.



1. Jokaisella on paperi, johon on joko liimattu oma kuva tai kirjoitettu nimi



2. Jokaisen paperi kiertää jokaisella osallistujalla



3. Jokainen piirtää tai kirjoittaa positiivisen asian kyseisestä henkilöstä

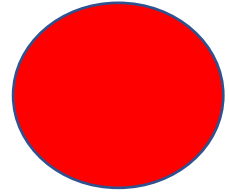


4. kun kaikkien paperit ovat kiertäneet kaikilla, paperi annetaan omistajalle

Ohjeistuskuvat: Papunet 2018



KERRO HYVÄÄ ITSESTÄSI

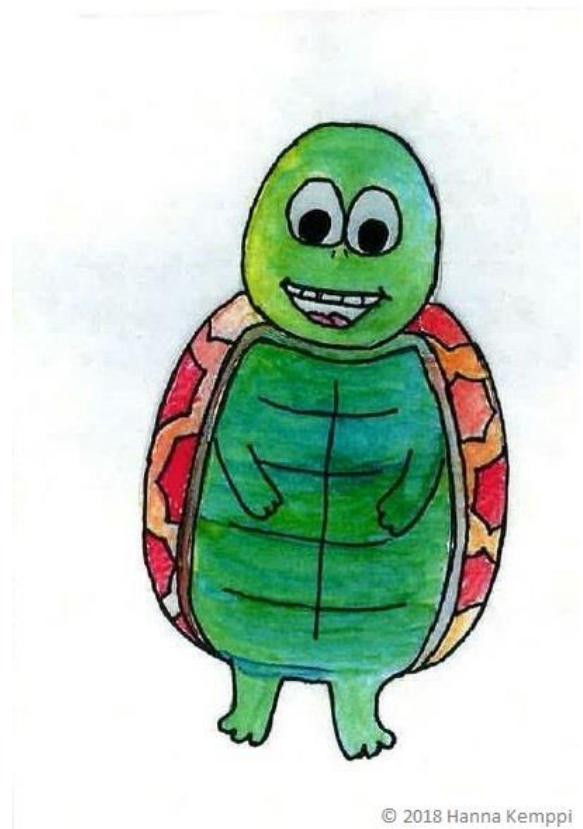


TAVOITE JA TARKOITUS

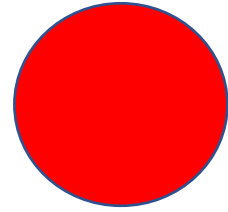
Tavoitteena on tukea ja kannustaa lasta näkemään itsessään positiivisia asioita, uskoa itseensä ja lisätä lapsen itseluottamusta. Minäkuva alkaa muodostua lapsena, joten lapsi tarvitsee paljon rohkaisua, kehuja ja kannustusta aikuisilta.

Tarkoituksena on piirtää keskelle A4-paperia oma kuva. Kuvan ympärille lapsi saa piirtää viisi positiivista asiaa hahmonsa ympärille. Positiivisia asioita saa olla enemmänkin, jos lapsi haluaa niitä piirtää. Positiiviset asiat voivat liittyä ulkonäköön, taitoihin, ihmisiin, esineisiin tai asioihin.

Lähde: Haapsalo ja Kirkkopelto 2013.



YHTEINEN TAIDETEOS



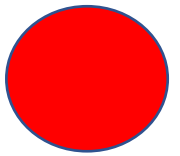
TAVOITE JA TARKOITUS

Tavoitteena on lisätä perheen tai ryhmän yhteenkuuluvuuden tunnetta ja yhteen hiileen puhaltamista. Yhteisen taideteoksen kautta harjoitellaan toiselle vuoron antamista sekä oman että muiden tekemien piirrosten hyväksymistä. Lopputuloksena syntyy yhdessä tehty taideteos, jonka voi kiinnittää seinälle.

Tarkoituksena on, että jokainen saa vuorollaan piirtää isolle ja leveälle paperille mitä vain haluaa. Nuorin osallistuja voi aloittaa. Muut istuvat ja odottavat omaa vuoroaan. Helpointa on kerääntyä paperin eteen rinkiin ja edetä myötäpäivään, jotta jokainen pääsee piirtämään. Yhteinen taideteos on valmis kun yhdessä niin päätetään.



YHDISTÄ SANA OIKEAAN TUNNEKORTTIIN



TAVOITE JA TARKOITUS

Tarkoituksena on yhdistää sana oikean tunnekortin kohdalle. Voit valita käytätkö Rossi vai Viima- tunnekortteja. Kun olet valinnut kortit, levitä tunnekortit pöydälle. Sitten levitä tunnesanat tunnekorttien viereen. Lapsi voi lukea sanat ja yhdistää ne oikeaan tunnekorttiin tai aikuinen lukee lapselle sanan ja lapsi sitten yhdistää sanan oikeaan tunnekorttiin. Lopuksi voi käydä lapsen kanssa keskustelua siitä, miltä tunteiden tunnistaminen tuntui. Oliko helppoa tai vaikeaa tunnistaa erilaisia tunteita? Oliko jokin tunnekortti epäselvä? Miltä tuntui harjoituksen jälkeen?

TARVIKKEET

Tunnekortit ja tunnesanat kannattaa kopioida valmiiksi.



TUNNESANAT

ONNI
HÄPEÄ
PELKO
JÄNNITYS
SURU
VIHA
KATUMUS
ILO
VÄSYMYS
TYYTYVÄISYYS
HÄMMÄSTYS
UTELIAS



ROSSI- JA VIIMA- TUNNEKORTIT

TAVOITE JA TARKOITUS

Tunnekortteja kannatta käyttää lapsen kanssa toistuvasti erilaisissa tilanteissa. Tunnekortit voivat auttaa lasta havainnoimaan ja käsittelemään asioita helpommin, lapsi voi oppia tunteiden hallintaa, oppia tunnistamaan erilaisia tunteita itsessä ja muissa sekä tunnekorttien kautta ilmaisemaan omia tunteita. Tunnekortteja käytettäessä on tärkeää muistaa, että tunnekortit ovat tulkinnanvaraisia ja niiden tulkinnassa ei ole oikeaa tai väärää vastausta. Olemme oppaaseen tehneet kahdet erilaiset tunnekortit, Rossi- ja Viima- tunnekortit ja niitä voi valitessaan käyttää molempia.

Lähde: Pesäpuu 2018.

THL 2018.

ROSSI- TUNNEKORTIT



© 2018 Hanna Kemppi



© 2018 Hanna Kemppi



© 2018 Hanna Kemppi



© 2018 Hanna Kemppi



© 2018 Hanna Kemppi



© 2018 Hanna Kemppi



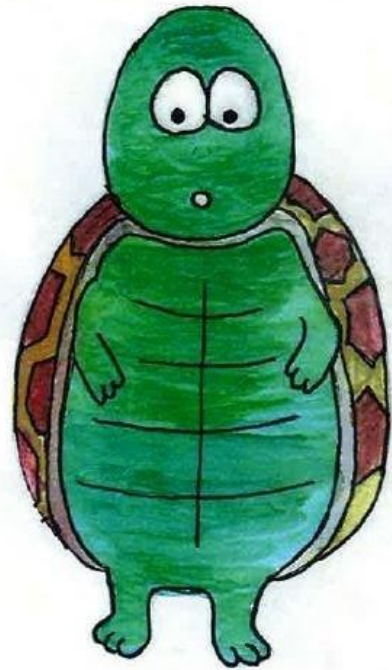
© 2018 Hanna Kemppi



© 2018 Hanna Kemppi



© 2018 Hanna Kemppi



© 2018 Hanna Kemppi



© 2018 Hanna Kemppi



© 2018 Hanna Kemppi

VIIMA- TUNNEKORTIT



© Eveliina Harju 2018



© Eveliina Harju 2018



© Eveliina Harju 2018



© Eveliina Harju 2018



© Eveliina Harju 2018



© Eveliina Harju 2018



© Eveliina Harju 2018



© Eveliina Harju 2018



© Eveliina Harju 2018



© Eveliina Harju 2018



© Eveliina Harju 2018



© Eveliina Harju 2018

LÄHTEET

Haapsalo, Tiina & Kirkkopelto, Katri 2013. Molli- Hyvällä mielellä vai pahalla päällä- Tunteet taidoksi. Helsinki: Premedia.

Mieli, Suomen mielenterveysseura 2018. Tunnetaitojenperusteet. Viitattu 14.3.2018. <https://www.mielenterveysseura.fi/fi/mielenterveys/itsetuntemus/tunnetaidot/tunnetaitojen-perusteet>

Opetushallitus 2013. Tunteesta tunteeseen. Viitattu 6.3.2018. https://www.edu.fi/tunteesta_tunteeseen/tunnetaitoja_oppii_harjoittelemalla

Tunne ja taida Oy 2018. Viitattu 4.4.2018. <https://www.tunnwjataida.fi>

Papunet 2018. Materiaalia kommunikoinnin tukemiseen. Viitattu 4.4.2018. <http://papunet.net/materiaalia/kuvapankki/hak/j%C3%A4sen>

Pesäpuu Oy 2010. Viitattu 4.4.2018. <https://www.pesapuu.fi/>

TEKIJÄT

Veera Antinaho & Iida Litmanen

ROSSIN JA VIIMAN KUVITUKSET

Eveliina Harju & Hanna Kemppi



LIITE 2. Palautekysely tunnetaitoloruista

PALAUTEKYSELY

Palautekysely koskien Rossi ja Vilma tunnetaitoja opettelemassa- opasta. Tässä kyselyssä toivomme saavamme palautetta tunnetaitoloruista sekä mahdollisia ideoita niiden kehittämiseksi.

Lapsesi/ lapsiesi ikä: _____

1. Ovatko tunnetaitolorut mielestäsi selkeitä, ymmärrettäviä ja sopivan pituisia lapsille?

- ☐ Kyllä
- ☐ Ei
- ☐ En osaa sanoa

Perustelua vastaukseen:

2. Soveltuvatko tunnetaitolorut mielestäsi lapsen kanssa tunteiden käsittelyyn arjessa? (esimerkiksi kotona iloisen tai surullisen asian käsittelyn yhteydessä)? Jos soveltuvat, niin mitä tilanteita sinulle tulee mieleen?

3. Tukevatko tunnetaitolorut mielestäsi lapsen tunnetaitojen kehittymistä, eli ovatko ne sopiva menetelmä harjoitella tunnetaitoja? Miksi?

4. Kehittämisideoita ja vapaa sana tunnetaitoloruihin liittyen:

Kiitos palautteestasi ja ihanaa alkanutta kevättä! ☺

LIITE 3. Palautekysely hyvän ja huonon ystävyyskäden kädet

PALAUTEKYSELY

Palautekysely koskien Rossi ja Viima tunnetaitoja opettelemassa- opasta. Tässä kyselyssä toivomme saavamme palautetta Hyvän ja huonon ystävyyskäden menetelmästä sekä mahdollisia ideoita sen kehittämiseksi.

Lapsesi/ lapsiesi ikä: _____

1. Onko menetelmä mielestäsi selkeä, ymmärrettävä ja miellyttävä lapselle?
 - ☐ Kyllä
 - ☐ Ei
 - ☐ En osaa sanoa
2. Soveltuuko Hyvän ja huonon ystävyyskäden menetelmä mielestäsi lapsen kanssa tunteiden käsittelyyn arjessa? Jos kyllä, niin mitä tilanteita sinulle tulee mieleen?

3. Tukeeko tämä harjoitus mielestäsi lapsen tunnetaitojen harjoittelua, eli onko se sopiva menetelmä harjoitella niitä? Miksi?

4. Kehittämisiäideoita ja vapaa sana menetelmään liittyen:

Kiitos palautteestasi ja ihanaa alkanutta kevättä! ☺

LIITE 4. Palautekysely musiikista erilaisiin tunteisiin.

PALAUTEKYSELY

Palautekysely koskien Rossi ja Viima tunnetaitoja opettelemassa- opasta. Tässä kyselyssä toivomme saavamme palautetta musiikista erilaisiin tunteisiin- menetelmästä sekä mahdollisia ideoita sen kehittämiseksi.

Lapsesi/ lapsiesi ikä: _____

1. Onko menetelmä mielestäsi miellyttävä ja selkeä lapselle?

- ☐ Kyllä
- ☐ Ei
- ☐ En osaa sanoa

2. Soveltuuko Musiikista erilaisiin tunteisiin- menetelmä mielestäsi lapsen kanssa tunteiden käsittelyyn arjessa? Jos kyllä, niin mitä tilanteita sinulle tulee mieleen?

3. Tukeeko tämä harjoitus mielestäsi lapsen tunnetaitojen harjoittelua, eli onko se sopiva menetelmä harjoitella niitä? Miksi?

4. Kehittämisideoita ja vapaa sana menetelmään liittyen:

Kiitos palautteestasi ja ihanaa alkanutta kevättä! ☺

LIITE 5. Palautekysely tunnetaitohippa

PALAUTEKYSELY

Palautekysely koskien Rossi ja Vilma tunnetaitoja opettelemassa- opasta. Tässä kyselyssä toivomme saavamme palautetta tunnehippa- harjoituksesta sekä mahdollisia ideoita harjoituksen kehittämiseksi.

Lapsesi/ lapsiesi ikä: _____

1. Onko tunnehipan- harjoituksen ohjeistus selkeä ja ymmärrettävä?

- ☐ Kyllä
- ☐ En osaa sanoa
- ☐ Ei

Perustelua vastaukseen:

2. Soveltuuko tunnehippa mielestäsi erilaisten tunteiden opetteluun ja tunnistamiseen arjessa? Jos soveltuu, niin millaisia tilanteita sinulla tulee mieleen?

3. Tukeeko tunnehippa mielestäsi lapsesi tunnetaitojen kehittymistä? Miksi?

4. Kehittämiseksi ja vapaa sana tunnehipasta.

Kiitos palautteesta ja hyvä alkanutta kevättä! ☺

LIITE 6. Palautekysely yhteinen taideteos

PALAUTEKYSELY

Palautekysely koskien Rossi ja Viima tunnetaitoja opettelemassa- opasta. Tässä kyselyssä toivomme saavamme palautetta yhteinen taideteos- harjoituksesta sekä mahdollisia ideoita harjoituksen kehittämiseksi.

Lapsesi/ lapsiesi ikä: _____

1. Onko kerro yhteinen taideteos- harjoituksen ohjeistus selkeä ja ymmärrettävä?

- ☐ Kyllä
- ☐ En osaa sanoa
- ☐ Ei

Perustelua vastaukseen:

2. Soveltuuko yhteinen taideteos- harjoitus mielestäsi erilaisten tunteiden opetteluun ja tunnistamiseen arjessa? Jos soveltuu, niin millaisia tilanteita sinulla tulee mieleen?

3. Tukeeko yhteinen taideteos- harjoitus mielestäsi lapsesi tunnetaitojen kehittymistä? Miksi?

4. Kehittämisideoita ja vapaa sana yhteinen taideteos harjoituksesta.

Kiitos palautteesta ja hyvä alkanutta kevättä! ☺

LIITE 7. Palautekysely rentoutusharjoitus

PALAUTEKYSELY

Palautekysely koskien Rossi ja Viima tunnetaitoja opettelemassa- opasta. Tässä kyselyssä toivomme saavamme palautetta rentoutusharjoituksesta sekä mahdollisia ideoita niiden kehittämiseksi.

Lapsesi/ lapsiesi ikä: _____

1. Onko rentoutusharjoitus mielestäsi miellyttävä, rentouttava ja helppo keskittyä lapsen näkökulmasta?
 - ☐ Kyllä
 - ☐ Ei
 - ☐ En osaa sanoa

2. Soveltuuko rentoutusharjoitus mielestäsi lapsen kanssa tunteiden käsittelyyn arjessa? (esimerkiksi rauhoittumistilanteeseen)? Jos soveltuu, niin mitä tilanteita sinulle tulee mieleen?

3. Tukeeko rentoutus mielestäsi lapsen tunnetaitojen kehittymistä, eli onko se sopiva menetelmä harjoitella tunnetaitoja? Miksi?

4. Kehittämisasiideoita ja vapaa sana tunnetaitoihin liittyen:

Kiitos palautteestasi ja ihanaa alkanutta kevättä! ☺

LIITE 8. Palautekysely kerro hyvää itsestäsi

PALAUTEKYSELY

Palautekysely koskien Rossi ja Viima tunnetaitoja opettelemassa- opasta. Tässä kyselyssä toivomme saavamme palautetta kerro hyvää itsestä- harjoituksesta sekä mahdollisia ideoita harjoituksen kehittämiseksi.

Lapsesi/ lapsiesi ikä: _____

1. Onko kerro hyvää itsestä- harjoituksen ohjeistus selkeä ja ymmärrettävä?

- ☐ Kyllä
- ☐ En osaa sanoa
- ☐ Ei

Perustelua vastaukseen:

2. Soveltuuko kerro hyvää itsestä- harjoitus mielestäsi erilaisten tunteiden opetteluun ja tunnistamiseen arjessa? Jos soveltuu, niin millaisia tilanteita sinulla tulee mieleen?

3. Tukeeko kerro hyvää itsestä- harjoitus mielestäsi lapsesi tunnetaitojen kehittymistä? Miksi?

4. Kehittämideoita ja vapaa sana kerro hyvää itsestä harjoituksesta.

Kiitos palautteesta ja hyvä alkanutta kevättä! ☺

LIITE 9. Palautekysely kerro hyvää kaveristani

PALAUTEKYSELY

Palautekysely koskien Rossi ja Viima tunnetaitoja opettelemassa- opasta. Tässä kyselyssä toivomme saavamme palautetta kerro hyvää kaveristasi- harjoituksesta sekä mahdollisia ideoita harjoituksen kehittämiseksi.

Lapsesi/ lapsiesi ikä: _____

1. Onko kerro hyvää toisesta- harjoituksen ohjeistus selkeä ja ymmärrettävä?

- ☐ Kyllä
- ☐ En osaa sanoa
- ☐ Ei

Perustelua vastaukseen:

2. Soveltuuko kerro hyvää kaveristasi mielestäsi lapsen kanssa tunteiden käsittelyyn arjessa?
Jos soveltuu, niin millaisia tilanteita sinulla tulee mieleen?

3. Tukeeko kerro hyvää toisesta- harjoitus mielestäsi lapsesi tunnetaitojen kehittymistä?
Miksi?

4. Kehittämideoita ja vapaa sana kerro hyvää toisesta harjoituksesta.

Kiltos palautteesta ja hyvä alkanutta kevättä! ☺

Liite 10 Sopimus Rossi ja Viima kuvien käytöstä

LUPA KÄYTTÄÄ ROSSI/ VIIMA HAHMOKUVIA

Tällä lomakkeella Elli Esimerkki antaa oikeudet käyttää hänen kuvittamaansa Rossi/Viima hahmoa (tunnekortit) sekä Rossi ja Viima tunnetaitoja oppaankansikuvaa sekä rentoutuskuvaa Veera Antinaholle ja lida Litmaselle oppaasaan ja opinnäytetyössään. Hän antaa myös luvan, että kuvat saavat mennä julkiseen jakoon ja levitykseen sekä Savon vammaisasuntosäätiön Lastuhankkeen lopputuotoksen sivuille näkyville.

Korvaukset tehdystä työstä on sovittu Elli Esimerkin kanssa.